การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก



พระมหาบุญโชติ ปุญฺญโชติ (อินทจักร์)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๔๖

ISBN 974-386-064-9

(ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

A CRITICAL STUDY OF RECALLING THE FORMER EXISTENCES IN THE SUTTANTA PITAKA



PHRAMAHABOONCHOTE PUÑÑAJOTI (INDHAJAK)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of

The Requirement for the Degree of

Master of Arts

(Buddhist Studies)

Graduate school

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Bangkok, Thailand

ISBN 974-386-064-9

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาพระพุทธศาสนา

....

(พระมหาสมจินต์ สมฺมาปญฺโญ)

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ .... ประธานกรรมการ

(พระมหาเทียบ สิริญาโณ)

.... กรรมการ

(ศาสตราจารย์ แสง จันทร์งาม)

.... กรรมการ

(พระมหาบุญช่วย สิรินฺธโร)

.... กรรมการ

(รศ.ดร. บุณย์ นิลเกษ)

.... กรรมการ

(ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาบุญช่วย สิรินฺธโร	ประธานกรรมการ
รศ.ดร.บุณย์ นิลเกษ	กรรมการ
ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์	กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก

ผู้วิจัย : พระมหาบุญโชติ ปุญฺญโชติ (อินทจักร์)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ :

: พระมหาบุญช่วย สิรินฺธโร ประธานกรรมการ
ป.ธ.๓,พธ.บ.(ศาสนา),M.A.(Buddhist Studies),
M.Phil(Buddhist Studies),Ph.D.(Buddhist Studies).

: รศ.ดร.บุณย์ นิลเกษ กรรมการ
ป.ธ.๕, พธ.บ., M.A., Ph.D.(Buddhist Studies)

: ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์ กรรมการ
ป.ธ.๔, พธ.บ.(ปรัชญาศาสนา),M.A.,Ph.D.(Philosophy).

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๔๖

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบหลักการและวิธีการของการระลึกชาติในแนวทางพระพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบและชัดเจน อีกทั้งเพื่อนำเอาหลักการและวิธีการการระลึกชาติที่ได้จากการศึกษาวิจัยนี้ ไปเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอันเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติและส่งเสริมศรัทธาของพระพุทธศาสนิกชนให้มั่นคงยิ่งขึ้น

งานวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาจากพระไตรปิฎก ฉบับภาษาบาลีและฉบับภาษาไทย ของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นหลัก และศึกษาค้นคว้าเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น อรรถกถาและงานเขียนของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาประกอบ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีวิเคราะห์เชิงตรรกะและนำเสนอผลการศึกษาในเชิงบรรยาย

ผลของการวิจัยพบว่า

การระลึกชาติ ตามแนวทางของพระพุทธศาสนาเป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มนุษย์สามารถจะระลึกถึงอดีตชาติของตนได้โดยบำเพ็ญสมาธิจนจิตสงบนิ่งถึงขั้นบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือความรู้เป็นเครื่องระลึกได้ถึงขันธ์ที่อาศัยอยู่ในก่อนหรือระลึกชาติได้ แนวคิดพื้นฐานสำคัญเกี่ยวกับการระลึกชาติของพระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์กับคำสอนหลัก ๒ ประการ คือ สังสารวัฏ และ กฎแห่งกรรม เพราะการเวียนว่ายตายเกิดเป็นสิ่งที่เป็นไปด้วยอำนาจของกรรม ลักษณะของการระลึกชาติ เป็นลักษณะความสามารถของบุคคลที่สามารถระลึกย้อนอดีตชาติได้ ตั้งแต่หนึ่งชาติไปจนนับเป็นแสนๆ ชาติ ทั้งสามารถที่จะจดจำรายละเอียดของการเป็นอยู่ ความสุข ความทุกข์ ของตนในแต่ละชาติได้อย่างชัดเจน

วิธีการสร้างความสามารถในการระลึกชาติ ตามหลักพระพุทธศาสนา มี ๕ ขั้นตอน คือ ๑. การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะ และอริยสันโดษ ๒. การอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดที่เหมาะกับการบำเพ็ญเพียร ๓. การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียรทางจิต ๔. การปฏิบัติฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ และ ๕ การบำเพ็ญเพียรทางจิตจนเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์และบรรลุธรรมชั้นสูงตามลำดับจนถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณ

ความเชื่อในการระลึกชาติ มีอิทธิพลอย่างมากต่อการกำหนดพฤติกรรมของบุคคลส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่ดีงาม พัฒนาตนเองได้ทั้งด้านสติปัญญา ด้านจิต ดำเนินชีวิตประกอบด้วยสุจริตธรรมซึ่งจะเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์สุขทั้งแก่ตนเองและสังคมโดยส่วนรวม

บุคคลทั่วไป สามารถประยุกต์วิธีการปฏิบัติเพื่อการระลึกชาติมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ นับตั้งแต่การรักษาศีล การฝึกหัดให้เกิดวิเวก การตั้งจิตปณิธาน และการฝึกใช้สติสัมปัชชัญญะตามแนวสติปัฏฐานในการทำกิจกรรมต่างๆ ผลที่จะได้รับก็คือ การผ่อนคลาย หายเครียด ส่งเสริมให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ดำรงชีวิตอย่างมีสติกำกับ ย่อมประสบความสุข ความสงบ มีชีวิตที่มีคุณภาพ กอรปด้วคุณธรรม คุณงาม และความดี

งานวิจัยนี้ เป็นการศึกษาในเชิงวิชาการภาคทฤษฎีจากเอกสารสำคัญของพระพุทธศาสนา จึงเป็นเนื้อหาเชิงวิชาการเท่านั้น แต่เนื้อหาที่แท้จริงของการระลึกชาติได้นั้นเป็นเรื่องของการปฏิบัติ สามารถพิสูจน์ผลได้ด้วยการปฏิบัติเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม หากผู้สนใจในเรื่องนี้ ต้องการที่จะศึกษาต่อให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นต่อไป ก็อาจจะศึกษาต่อในเชิงปฏิบัติได้ โดยนำเอาผลการวิจัยในครั้งนี้ไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนบำเพ็ญเพียรเพื่อพิสูจน์ความจริงด้วยตนเอง หรือ ศึกษาในเชิงพฤติกรรมศาสตร์ เพื่อให้ทราบว่า ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้นั้น มีส่วนส่งเสริมพฤติกรรมด้านบวกของบุคคลและสังคมได้มากน้อยเพียงใดเป็นต้น.

Thesis Title : A Critical Study of Recalling The former Existences in The Suttanta Pitaka

Researcher : Phramaha Boonchote Puññajoti (Indhajak)

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee :

: Phramaha Boonchuay Sirindharo Chairman
M.A.(Buddhist Studies),M.Phil(Buddhist Studies), Ph.D.(Buddhist Studies).

: Assoc.Prof. Dr.Boon Nilaket Member
Pali 5,B.A.,M.A.,Ph.D. .(Buddhist Studies).

: Dr.Phisit Kotsupho Member
Pali 9,B.A., M.A.,Ph.D.(Philosophy).

Date 0f Graduation : November / ……... / …………

ABSTRACT

The objective of this research is to examine the data in the Suttanta Pitaka, in order to find out the principle and the methodology of recalling the former existences inherent therein. After that an effort will be made to show how to apply them in daily life.

This research is a documentary one. Data have been obtained from primary sources, The Suttanta Pitaka, both in Pali and Thai Scripture and The secondary sources, on the subject. The data were logically analyzed and descriptively presented.

From the research. It has been found out that the recalling of the former existences in Buddhism is the mental or psychice phenomenon. someone could recall it by meditation. The fundamental concept of recalling of the former existence in Buddhism is related to Samsara { the Round of Rebirth} and the law of Karma. The characteristic

recalling of the former existences is ability to recall clearly backward to the farthest past live.

The methodology of recalling of the former existence, in Buddhism, has been found to consist the following five conditions as follows : 1] to keep oneself perfect in Ariya Silakhandha, Ariya Indriyasamvara, Ariya Sati Sampajanna and Ariya Santuthi 2] to live in an appropriate quiet place 3] to keep strong aspiration for the practice of meditation 4] to practice such profound Dhamma as the 4 Satipatthana etc. 5] to obtain the fourth stage of deep meditation in which the mind will be peaceful and without defilement, and then, to use this full concentration to recall the former existences.

The belief in recalling of the former existences will enable one to develop the personal behavior on both the intellectual and spiritual ways. As a the result of this development, the sustainable society is created.

We can apply the methodology of recalling of the former existences in enjoying for true happiness in everyday life. One can do his activities in daily life with mindfulness and achieve the detention, efficiency and health both physical and mental, by this means.

This research is rather an academic study. The essence of Methodology of recalling the former existences, which are found out in this work, could not be realized by analyzing and explaining, but only by practice. However, who is interested in this subject might study further on other aspects of the subject such as 1) using this research as a guide line to practice for improvement of himself, 2) studying further on socio-anthopological aspect in the community to promote faith and to development their positive personal behavior.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดีเพราะได้รับความเมตตานุเคราะห์จากท่านอาจารย์พระมหาบุญช่วย สิรินฺธโร รศ.ดร.บุณย์ นิลเกษ และ อาจารย์ ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์ ที่ได้ให้คำแนะนำปรึกษาปรับปรุงแก้ไขตลอดถึงให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ ทำให้วิทยานิพนธ์ดำเนินไปตามแนวทางที่ถูกต้องจนสำเร็จลุล่วงลงไปด้วยดี จึงขออนุโมทนาขอบคุณคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ทุกท่านดังได้กล่าวนามมาแล้วข้างต้นเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระเทพโสภณ อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อาจารย์พระมหาสมจินต์ สมฺมาปญฺโญ คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย และอาจารย์พระมหาบุญช่วย สิรินฺธโร ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์เชียงใหม่ ที่ให้โอกาสได้เข้ารับการศึกษาในสถาบันของมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และยังความเมตตาดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่ง ขอบคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้โอกาสแก่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณหลวงพ่อ พระเทพมหาเจติยาจารย์ เจ้าคณะจังหวัดลำพูน เจ้าอาวาสวัดพระธาตุหริภุญชัย วรมหาวิหาร ที่ให้ความเมตตาธรรมอุปถัมภ์ช่วยเหลือทุกด้านและคอยให้กำลังใจอย่างดีโดยมิได้ขาด อีกทั้งยังให้การสนับสนุนส่งเสริมด้วยดีตลอดมา ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณหลวงพ่อ พระวิสุทธาธิบดี (วีระ ภทฺทจารี ป.ธ.๘) เจ้าคณะภาค ๔ เจ้าอาวาสวัดสุทัศนเทพวราราม เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ที่ได้ให้ความเมตตาในด้านที่อยู่อาศัยในขณะที่ผู้วิจัยได้ศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกบาลีและให้การสนับสนุนส่งเสริมด้วยดี ตลอดถึงคอยให้กำลังใจอยู่สม่ำเสมอ ขอกราบขอบพระคุณพระเดชพระคุณหลวงพ่อทั้ง ๒ ท่านไว้เป็นอย่างสูงยิ่งมา ณ โอกาสนี้ด้วย และขอขอบพระคุณท่านเจ้าคุณพระปิฎกคุณาภรณ์ รองเจ้าคณะจังหวัดลำพูน ผู้เป็นกัลยาณมิตรที่คอยให้กำลังใจและให้การสนับสนุนเป็นอย่างดียิ่งมาโดยตลอด

ขออนุโมทนาขอบคุณ อาจารย์ศุภศิษฏ์ หล้ากอง ปลัดอาวุโสอำเภอเมืองลำพูน เป็นอย่างสูง ที่ได้ช่วยเหลือในการค้นคว้าเอกสารตำราวิชาการเรียบเรียงข้อมูลต่างๆ และให้คำปรึกษาในการเขียนวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ด้วยดีตลอดมาตั้งแต่ต้นจนจบ อาจารย์บัณฑิต รอดเทียน ที่ช่วยกระตุ้นให้กำลังใจและให้คำปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ อาจารย์ ดร.เทพประวิณ จันทร์แรง ที่คอยส่งเสริมกระตุ้นเตือนด้วยความห่วงใย อาจารย์เทวัญ เอกจันทร์ ที่ช่วยเหลือในการจัดเรียบเรียงเพิ่มเติมข้อมูลรวมถึงการจัดรูปแบบวิทยานิพนธ์เล่มนี้ นางสาวพัชรินทร์ ปินตา เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย ที่คอย

ให้กำลังใจและอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับวิทยานิพนธ์ทุกอย่างด้วยดี และขออนุโมทนาขอบคุณอาจารย์ณัฐพล ศรีสุขล้อม นักวิชาการ ๖ สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลำพูน เจ้าของณัฐพลการพิมพ์ที่ให้ความอุปถัมภ์ในการจัดพิมพ์วิทยานิพนธ์เล่มนี้ด้วยความศรัทธาในพระพุทธศาสนา

ขออนุโมทนาขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยทุกท่าน และเจ้าหน้าที่หอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทุกท่าน ที่อำนวยความสะดวกในการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยเพื่อใช้ประกอบในการทำวิทยานิพนธ์

บุญกุศลอันเกิดจากการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชา บูชาพระคุณบิดามารดา พระอุปัชฌาย์และครูอาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ตลอดถึงผู้มีพระคุณทุกท่าน

พระมหาบุญโชติ ปุญฺญโชติ (อินทจักร์)

๒๐ พฤษภาคม ๒๕๔๖



สารบัญ

คำชี้แจงการใช้อักษรย่อบอกชื่อคัมภีร์

อักษรย่อในวิทยานิพนธ์นี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยได้กล่าวถึงที่มา เล่ม / ข้อ / หน้า ตามลำดับ เช่น ที.สี. (ไทย) ๙ / ๒๔๔ / ๘๒. = ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๒๔๔ หน้า ๘๒

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะแจ้งที่มา เล่ม / หน้า เช่น องฺ. เอกก. อ. (บาลี) ๑ / ๔๓. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หมายถึง องฺคุตฺตรนิกาย มโนรถปูรณี เอกกนิปาตอฏฺฐกถา เล่มที่ ๑ หน้า ๔๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.นิ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ปญฺจก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.ทสก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.อป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)

สำหรับพระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลี จะใช้ลักษณะการอ้างเช่นเดียวกับพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย โดยจะใช้พระไตรปิฎกฉบับบาลีอ้างอิงต่อท้ายพระสุตตันตปิฎกเล่มนั้นๆ

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

องฺ.เอกก.อ.	(บาลี)	=	องฺคุตฺตรนิกาย มโนรถปูรณี เอกกนิปาตอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์อย่างหนึ่ง ที่บุคคลสามารถระลึกหรือจำได้ว่า ในอดีตชาติก่อนจะมาเป็นบุคคลดังปัจจุบันนี้ ตนเองเคยเป็นใคร อยู่ที่ไหน ทำอะไร และมีชีวิตอยู่อย่างไรมาก่อน ปรากฏการณ์ที่มีบุคคลสามารถระลึกอดีตชาติของตนเองได้นี้ มีปรากฏทั้งในสังคมไทยและในต่างประเทศ เพียงแต่ว่า การระลึกชาติเป็นปรากฏการณ์ที่ไม่เกิดขึ้นบ่อยจนเป็นปกติธรรมดาเท่านั้นเอง

การระลึกชาติ เป็นเรื่องหนึ่งที่นักจิตวิทยา สาขาปรจิตวิทยา ในมหาวิทยาลัยต่างประเทศ ทั้งในยุโรปและอเมริกาให้ความสนใจศึกษา นักจิตวิทยาชื่อดังที่สนใจศึกษาค้นคว้าเรื่องการระลึกชาติอย่างจริงจังผู้หนึ่งชื่อ ศาสตราจารย์ เอียน สตีเวนสัน[๑] แห่งคณะแพทย์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวอร์จิเนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา

ศาสตราจารย์ เอียน สตีเวนสัน ได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้เกือบทั่วโลกไม่น้อย ๒,๕๐๐ ราย นอกจากนี้ ก็ยังมีนักจิตวิทยาสาขาปรจิตวิทยาอีกเป็นจำนวนมากที่สนใจศึกษาเรื่องนี้ เช่น รอย สเตมแมน ได้ใช้เวลามากกว่า ๓๐ ปี ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเกี่ยวกับการระลึกชาติได้ และเขียนหนังสือชื่อ Reincarnation[๒] เป็นต้น

---

[๑]นายแพทย์เชียร สิริยานนท์, **เรื่องเก่าเล่าใหม่** (ปาฐกถาเรื่อง “๒๐ รายที่ว่าตายแล้วเกิดใหม่”) สมาคมค้นคว้าทางจิตแห่งประเทศไทย, (กรุงเทพฯมหานคร, ๒๕๓๙), หน้า ๓๘

[๒]รอย สเตมแมน, **ความทรงจำจากอดีตชาติ**, แปลโดย วิษุวัต, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เรือนบุญ,๒๕๔๐), ปกหลัง.

ปรากฏการณ์การระลึกชาติ เป็นเรื่องที่เกิดกับเฉพาะบุคคลบางคนซึ่งมีจำนวนน้อย ดังนั้น จึงมีทั้งบุคคลที่เชื่อว่า มีการระลึกชาติได้จริงและบุคคลที่ไม่เชื่อว่าจะมีการระลึกชาติได้จริง ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติ เป็นความเชื่อที่สัมพันธ์กับความเชื่อเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด บุคคลที่มีความเชื่อเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด ก็มีแนวโน้มที่จะเชื่อว่า การระลึกชาติได้นั้นมีจริง ส่วนบุคคลที่ไม่เชื่อเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด ก็จะไม่เชื่อในเรื่องแห่งการระลึกชาตินี้

พระไตรปิฎก ซึ่งเป็นคัมภีร์หลักสูงสุดของพระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงเรื่องการระลึกชาติไว้หลายแห่ง เช่น สามัญญผลสูตร ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค ว่า “เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว ภิกษุนั้นน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติคือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ฯลฯ ตลอดสังวัฏฏกัปและวิวัฏฏกัปเป็นอันมากว่า ‘ในภพโน้น ตนมีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาการ เสวยสุขทุกข์และมีอายุอย่างนั้น จุติจากภพนั้น ก็ไปเกิดในภพโน้น แม้ในภพนั้น เราก็มีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้น จุติจากภพนั้น จึงมาเกิดในภพนี้ ’ เธอระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ พร้อมทั้งลักษณะและ ชีวประวัติ อย่างนี้ ฯลฯ ข้อนี้ จึงเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ ซึ่งดีกว่าและประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ข้อก่อน”[๓] ในอากังเขยยสูตรว่า “ ภิกษุทั้งหลาย หากภิกษุพึงหวังว่า ‘เราพึงระลึกชาติก่อนได้หลายชาติคือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ๓ ชาติบ้าง ๔ ชาติบ้าง ๕ ชาติบ้าง ๑๐ ชาติบ้าง ๒๐ ชาติบ้าง ๓๐ ชาติบ้าง ๔๐ ชาติบ้าง ๕๐ ชาติบ้าง ๑๐๐ ชาติบ้าง ๑,๐๐๐ ชาติบ้าง ๑๐๐,๐๐๐ ชาติบ้าง ตลอดสังวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ตลอดวิวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง”[๔] และในพรหมชาลสูตร ว่า “สมณะหรือพราหมณ์บางคนในโลกนี้ อาศัยความเพียรเครื่องเผากิเลส ความเพียรที่ตั้งมั่น ความหมั่นประกอบความไม่ประมาท และอาศัยการใช้ความคิดอย่างถูกวิธีแล้วบรรลุเจโตสมาธิที่เป็นเหตุทำจิตให้ตั้งมั่น บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ๓ ชาติบ้าง ฯลฯ หลายร้อยชาติ หลายพันชาติ หลายแสนชาติ ”[๕] เป็นต้น และชาวพุทธโดยทั่วไปก็มีความเชื่อในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องกรรมและเรื่องการระลึกชาติได้ แต่ส่วนใหญ่เป็นการเชื่อที่ถือตาม ๆ กันมา ไม่ได้เป็นความเชื่อ

---

[๓] ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๔-๒๔๕ / ๘๒., ที.สี. (บาลี) ๙ / ๒๔๔ / ๘๑

[๔] ม.มู. (ไทย) ๑๒ / ๖๘ / ๖๐., ม.มู. (บาลี) ๑๒ / ๘๘ / ๖๒.

[๕] ที.สี. (ไทย) ๙ / ๓๑ / ๑๒., ที.สี. (บาลี) ๙ / ๓๑ / ๑๓

ที่อยู่บนรากฐานของปัญญาอันเกิดจากการพิสูจน์ตรวจสอบและศึกษาให้รู้เห็นโดยแน่ชัดว่าในพระพุทธศาสนานั้น มีการสอน มีการยืนยันถึงเรื่องนี้ไว้อย่างไรเป็นต้น

การที่ชาวพุทธส่วนใหญ่ มีพื้นฐานความเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ในลักษณะดังกล่าว ทำให้เกิดผลกระทบในลักษณะของศรัทธาที่มีความคลอนแคลน เมื่อถูกถาม ถูกวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น ก็เกิดความไม่มั่นใจในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา นอกจากนี้บางคนมีความเชื่อที่ผิดไป โดยไม่เชื่อเรื่องกรรม เรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมมีความเห็นผิด เป็นมิจฉาทิฏฐิ ทำให้ประพฤติผิดได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเห็นควรศึกษาวิเคราะห์เรื่อง "การระลึกชาติได้" จากคัมภีร์พระไตรปิฎก ให้ทราบถึงเรื่องการระลึกชาติที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาอย่างถ่องแท้ ตลอดจนให้ทราบถึงหลักและวิธีการของการระลึกชาติตามแนวพระพุทธศาสนาอย่างชัดเจน ทั้งนี้ เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้ที่มีศรัทธา มีความเชื่อมั่นในคำสอนของพุทธศาสนาอย่างมั่นคง และมีศรัทธาที่ประกอบด้วยปัญญามากยิ่งขึ้น และเพื่อเป็นข้อมูลเบื้องต้นสำหรับผู้ที่สงสัย จะได้มีแนวทางตรวจสอบพิสูจน์และศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๒.๑ เพื่อศึกษาหลักการและวิธีการของพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

๒.๒ เพื่อศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกในด้านวิธีปฏิบัติสำหรับเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๓.๑ หลักการและวิธีการของพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกเป็นอย่างไร

๓.๒ จะนำผลการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกด้านวิธีปฏิบัติมาเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างไร

๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ในการทำวิจัยครั้งนี้ มีคำศัพท์ที่ใช้ในการศึกษาดังกล่าว ดังนี้

การวิเคราะห์เชิงตรรกะ หมายถึง การจัดประเภท การจัดเรียง การจัดทำและการสรุปข้อมูลจากเอกสารที่ศึกษาด้วยวิธีการเชิงตรรกะ

ชาติ หมายถึง การเกิด, ชนิด, พวก, เหล่า, ปวงชนแห่งประเทศเดียวกัน

อดีตชาติ หมายถึง สถานที่ที่เคยอยู่มาก่อนในชาติที่ล่วงมาแล้ว

การระลึกชาติ หมายถึง ความสามารถจะรู้อดีตชาติของบุคคลทั้งที่เป็นผลจากการทำสมาธิ จากการจำชาติก่อนได้เอง และการจำชาติก่อนได้ด้วยการถูกสะกดจิต

สังสารวัฏ หมายถึง การเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในโลก

กัป หมายถึง กำหนดอายุ หรือ กำหนดกาล

สังวัฏฏกัป หมายถึง ช่วงเวลาที่โลก ชีวิตของสัตว์โลก เป็นไปในทางเจริญขึ้น

วิวัฏฏกัป หมายถึง ช่วงเวลาที่โลก ชีวิตของสัตว์โลก เป็นไปในทางเสื่อม

สุคติ หมายถึง หนทางที่ไปดี,ที่ไปดี หรือสถานที่ที่บุคคลผู้ทำความดีแล้วไปเกิด

ทุคติ หมายถึง หนทางที่ไปชั่ว, ที่ไปชั่ว หรือสถานที่ที่บุคคลผู้ทำความชั่วไปเกิด

บุญ หมายถึง เครื่องชำระสันดาน ความดี ความสุข ความประพฤติชอบทางกาย วาจา ใจ

บาป หมายถึง ความชั่ว กรรมชั่ว สภาพที่ทำให้ถึงคติชั่ว

นรก หมายถึง เหวแห่งความทุกข์ ที่อันไม่มีความสุข สถานที่ไปเกิดและเสวยความทุกข์ของ สัตว์ผู้ทำบาป

ภพ หมายถึง โลกเป็นที่อยู่ของสัตว์, ภาวะชีวิตของสัตว์ มี ๓ คือ ๑. กามภพ คือภพของผู้ยังเสวยกามคุณ ๒. รูปภพ คือภพของผู้เข้าถึงรูปฌาน ๓. อรูปภพ คือภพของผู้เข้าถึงอรูปฌาน

ภูมิ หมายถึง พื้นเพ ชั้น พื้น ในภาษาธรรมหมายถึง ชั้นแห่งจิต ระดับจิต ระดับชีวิต

๑.๕ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๕.๑ ทำให้ทราบหลักการและวิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุการระลึกชาติ ตามแนวพระสุตตันตปิฎก ได้อย่างชัดเจน

๕.๒ ช่วยส่งเสริมให้ผู้มีจิตศรัทธา มีความมั่นใจในการปฏิบัติตามและช่วยให้ผู้ที่ยังไม่มีศรัทธา ได้ทราบแนวปฏิบัติเพื่อทดลองพิสูจน์ อีกทั้งเป็นการส่งเสริมให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลให้อยู่ในคลองของกุศลกรรมมากยิ่งขึ้น

๑.๖ ขอบเขตและวิธีการศึกษาวิจัย

๑.๖.๑ ขอบเขตของการวิจัย

มุ่งศึกษาวิจัยข้อมูลเกี่ยวกับการระลึกชาติ จากคัมภีร์พระสุตตันตปิฎกในพระไตรปิฎกของพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาททั้งฉบับภาษาบาลีและภาษาไทยฉบับที่จัดพิมพ์โดยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นหลัก และศึกษาเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น อรรถกถา เป็นต้น ประกอบ เพื่อทราบถึงหลักและวิธีการของการระลึกชาติตามแนวทางของพระพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบและชัดเจน

๑.๖.๒ วิธีการศึกษาวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาเนื้อหาจากพระสุตตันตปิฎก ทั้งในเอกสารปฐมภูมิ คือ พระไตรปิฎก ฉบับภาษาบาลีและฉบับภาษาไทยของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และศึกษาค้นคว้าจากเอกสารชั้นรองและเอกสารทุติยภูมิ เช่น อรรถกถา งานเขียนต่าง ๆ ของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ใช้วิธีการอ่าน เพื่อสำรวจและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการระลึกชาติจากเอกสาร เมื่อรวบรวมข้อมูลเรียบร้อยแล้ว ก็ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้วิธีการวิเคราะห์และอภิปรายเชิงตรรกะ เพื่อทราบหลักและวิธีการของการระลึกชาติตามแนวทางของพระพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบชัดเจน และนำเสนอผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ในเชิงบรรยาย

๑.๗ งานวิจัยและงานเขียนอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๑ พระเจริญ พันธุรี, "แนวคิดเรื่องสุคติในพุทธปรัชญาเถรวาท", **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขาปรัชญา, บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ๒๕๓๘.

เนื้อหาวิทยานิพนธ์ เป็นการศึกษาวิเคราะห์เรื่องกรรมและสังสารวัฏในพุทธปรัชญาเถรวาท ที่มีผลต่อการเข้าถึงสุคติในโลกนี้และโลกหน้า แสดงถึงความสัมพันธ์กันในส่วนแห่งกรรมในอดีตชาติ ที่มีผลต่อภพในปัจจุบันนี้ว่ามีอิทธิพลในเชิงบวกต่อผู้ที่เชื่อถือโดยเน้นเอาเฉพาะคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก พร้อมทั้งอรรถกถา โดยการสำรวจพระพุทธพจน์ที่เกี่ยวกับประเด็นอธิบายเรื่องสุคติโดยตรงและในส่วนว่าด้วยเรื่องกรรม สังสารวัฏ ที่มีส่วนเชื่อมโยงกับเรื่องสุคติในแง่มุมต่าง ๆ นับว่าเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้เป็นอย่างมาก

๑.๗.๒ พระมหาพิเชฏฐ์ ธีรวํโส (คอกรัก), "การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องกรรมและ สังสารวัฏในพุทธปรัชญาเถรวาท ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของพระพุทธศาสนิกชนไทยในปัจจุบัน", **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,** สาขาปรัชญา, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๓๔.

เนื้อหาวิทยานิพนธ์ เป็นการศึกษาวิเคราะห์เรื่องกรรมและสังสารวัฏในพุทธปรัชญาเถรวาท ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของพุทธศาสนิกชนไทยในปัจจุบัน ได้แสดงถึงความสัมพันธ์เรื่องกรรมและสังสารวัฏมีความเกี่ยวเนื่องกัน ซึ่งกล่าวถึงผลในอดีตชาติของแต่ละบุคคลที่เชื่อมโยงมาถึงภพนี้ แนวคิดดังกล่าวมีอิทธิพลเชิงบวกต่อผู้ที่เชื่อถือ ทำให้ผู้เชื่อถือประพฤติสุจริตด้วยกาย วาจา ใจ เป็นหนทางให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมส่วนตัวตลอดถึงสังคมมากขึ้น จึงนับว่าเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในเรื่องของการระลึกชาติอย่างมาก

๑.๗.๓ พระมหาสมจินต์ สมมาปญฺโญ (วันจันทร์) , "นรกและสวรรค์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท", **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,** สาขาพระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๓๓.

เนื้อหาวิทยานิพนธ์ เป็นการศึกษาแนวคิดเรื่องนรก สวรรค์ ในทรรศนะพระพุทธศาสนาเถรวาท จากพระไตรปิฎกและวรรณกรรมพระพุทธศาสนาปัจจุบัน ได้นำเสนอทฤษฎีอันเป็นการ

ยืนยันว่า นรกสวรรค์ มีอยู่จริง ทั้งที่เป็นสถานที่ (รูปธรรม) และภาวะทางจิตใจ (นามธรรม) และเกี่ยวเนื่องกับกรรมในอดีตชาติอันเป็นผลส่งให้เห็นถึงภพปัจจุบันอย่างไร เป็นการแสดงให้เห็นว่าผลของกุศลกรรมและอกุศลกรรม หรือ กรรมดี กรรมชั่ว นั้นมีจริง ซึ่งถือว่าเกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้เป็นอย่างมาก

๑.๗.๔ พระราชวิสุทธิโสภณ (วิลาส ญาณวโร), **ภูมิวิลาสินี**, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มิตรสยาม, ๒๕๑๔.

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ กล่าวถึงภพ ภูมิ ต่าง ๆ พร้อมทั้งแสดงปฏิปทาข้อปฏิบัติที่จะทำให้ประชาสัตว์เข้าถึงภพเหล่านั้นอย่างละเอียดลึกซึ้ง พร้อมกับกล่าวถึงเรื่องกรรมของแต่ละบุคคลในอดีตชาติ อันจะส่งผลให้ได้รับความแตกต่างกัน คือกรรมดี ย่อมให้ผลดี กรรมชั่ว ย่อมให้ผลชั่ว ซึ่งถือว่าเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยนี้

๑.๗.๕ รอย สเตมแมน, **ความทรงจำจากอดีตชาติ** (วิษุวัต แปล), กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เรือนบุญ, ๒๕๔๐.

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ เป็นการนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับการระลึกชาติ โดยศึกษารวบรวมข้อมูลของบุคคลต่าง ๆ ที่สามารถจำอดีตชาติของตนได้ใน ๒ ลักษณะ คือ ประเภทที่จำได้เองหลังจากเกิดมาไม่นาน และประเภทที่สามารถจำได้ด้วยการถูกสกดจิตจากจิตแพทย์ ข้อมูลจากหนังสือดังกล่าวนี้ เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับความสามารถในการระลึกชาติได้ด้วยการทำสมาธิในการวิจัยนี้สามารถช่วยให้ผู้วิจัยมองเห็นแง่มุมของการระลึกชาติตามแนวทางพระพุทธศาสนาได้เด่นชัดยิ่งขึ้น

๑.๗.๖ ศาสตราจารย์ แสง จันทร์งาม, **ตายแล้วเกิด** (ตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท), ศูนย์ส่งเสริมพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทยพิมพ์เผยแพร่, กรุงเทพมหานคร, พรศิวการพิมพ์, ๒๕๓๕.

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนังสือเชิงวิชาการ ผู้เขียนได้นำเสนอเรื่องปัญหาการตายแล้วเกิด โดยนำเอาหลักฐานจากพระไตรปิฎกและเอกสารต่าง ๆ มาเป็นข้อมูลให้ผู้อ่านได้พิสูจน์ความจริงด้วยตนเอง หลักฐานเกี่ยวกับการตายแล้วเกิดในหนังสือเล่มนี้ นับว่าเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยนี้อย่างยิ่ง และสามารถนำมาเป็นแนวทางช่วยให้ผู้วิจัยสามารถสืบค้นเนื้อหาเกี่ยวกับการระลึกชาติจากพระไตรปิฎกได้ง่ายขึ้น

๑.๗.๗ นายแพทย์ ประสาน ต่างใจ, **ชีวิตหลังตายวิเคราะห์อย่างเป็นวิทยาศาสตร์**, กรุเทพมหานคร, โรงพิมพ์ พี.เค. พริ้นติ้งเฮ้าส์, ๒๕๓๗.

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนังสือเชิงวิชาการ ที่ผู้เขียนได้นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับชีวิตหลังตาย เป็นความพยายามที่จะอธิบายความเป็นไปของการตายและความตายของมนุษย์อย่างเป็นวิทยาศาสตร์ หนังสือเล่มนี้ เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้เป็นอย่างมาก เพราะว่าเนื้อหาของหนังสือส่วนที่ว่าด้วยการเกิดใหม่และการกลับชาติมาเกิดนั้น มีความสัมพันธ์กับการระลึกชาติได้เป็นอย่างดี ช่วยให้ผู้วิจัยทราบข้อมูลของบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ทั้งในประเทศและต่างประเทศ และยังสามารถช่วยให้ผู้วิจัยสามารถสืบค้นเนื้อหาเกี่ยวกับการระลึกชาติจากพระสุตตันตปิฎกได้ชัดเจนยิ่งขึ้นด้วย.

บทที่ ๒

หลักการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก

๒.๑ ความนำ

การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์ที่คนปัจจุบันส่วนใหญ่เข้าใจกันว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถจำอดีตชาติของตนเองได้ว่า ก่อนที่จะเกิดมาในชาติปัจจุบัน ตนได้เกิดเป็นใคร ที่ไหน มีชีวิตอยู่อย่างไรเป็นต้น โดยบุคคลดังกล่าวสามารถเล่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ในอดีตได้อย่างแจ่มแจ้งและสามารถพิสูจน์ให้เห็นข้อเท็จจริงได้

การที่มีบุคคลสามารถระลึกอดีตชาติของตนได้ มักจะปรากฏเป็นข่าวให้ทราบเป็นระยะ ๆ อยู่เสมอทั้งในประเทศและต่างประเทศ[๑] ในต่างประเทศ ได้มีนักวิทยาศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาจำนวนมาก ให้ความสนใจและทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องการระลึกชาติอย่างจริงจัง จนกระทั่งมีการจัดตั้งเป็นสมาคมค้นคว้าทางปรจิตวิทยา (Para Psychology) ขึ้น นักวิทยาศาสตร์ผู้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการระลึกชาติจนมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักกันทั่วโลกผู้หนึ่ง คือ ศาสตราจารย์ ดร.เอียน สตีเวนสัน[๒] (Ian Stevenson) แห่งมหาวิทยาลัยเวอร์จิเนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา ศาสตราจารย์เอียน สตีเวนสัน ได้ทำการศึกษาค้นคว้า รวบรวมเรื่องการระลึกชาติของบุคคลต่าง ๆ ทั่วโลกไว้ไม่น้อยกว่า ๒,๕๐๐ รายและเคยมาศึกษาค้นคว้าเรื่องการระลึกชาติในประเทศไทยด้วย ศาสตราจารย์เอียน สตีเวนสัน ได้เสนอรายงานวิจัยเกี่ยวกับการระลึกชาติไว้ไม่น้อยกว่า ๒๐๐ เล่ม และท่านได้ปาฐกถาเรื่อง “๒๐รายที่ว่าตายแล้วเกิดใหม่” (20 Cases Suggestive of Reincarnation) ที่สมาคมค้นคว้าแห่งประเทศไทย เมื่อ ๖ สิงหาคมพ.ศ.๒๕๐๙ ด้วย

---

[๑] วิทยา ปทุมธาราวัตน์, **ระลึกชาติได้** (ฉบับที่ ๓), (นนทบุรี : สำนักพิมพ์ธารบัวแก้ว, ๒๕๔๐) หน้า ๓๐

[๒] ประสาน ต่างใจ, นพ. **ชีวิตหลังตายวิเคราะห์อย่างเป็นวิทยาศาสตร์**, (กรุงเทพฯ, โรงพิมพ์ พี.เค. พริ้นติ้งเฮ้าส์, ๒๕๓๗) หน้า ๙๒

ดร.ไบรอัน ไวสส์[๓] นักจิตวิทยาท่านหนึ่งซึ่งเป็นศาสตราจารย์ทางปรจิตวิทยาของมหาวิทยาลัยแพทย์ไมอามี่ และเป็นหัวหน้าแผนกประสาทจิตศาสตร์ โรงพยาบาลเมาท์ไซนาย รัฐฟลอริด้า ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการระลึกชาติด้วยวิธีสะกดจิตผู้ป่วยเป็นเวลามากกว่า ๑๔ ปี มีรายงานเกี่ยวกับการศึกษาของเขาตีพิมพ์ออกมามากมาย

รอย สเตมแมน (Roy Stemman) ก็สนใจเกี่ยวกับการระลึกชาติ โดยได้อุทิศตนศึกษาอย่างจริงจัง ใช้เวลาศึกษาค้นคว้าเรื่องการกลับชาติมาเกิดในภูมิภาคต่างๆของโลก ทุกทวีป ไม่น้อยกว่า ๓๐ ปี พบว่า ประชากรของโลกจำนวนมากกว่าครึ่งหนึ่งล้วนแต่มีความเชื่อมั่นในเรื่องการกลับชาติมาเกิด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในทวีปอเมริกาเพียงทวีปเดียวก็มีชนเผ่าต่าง ๆ ถึง ๓๖ เผ่าที่เชื่อมั่นเรื่องการกลับชาติมาเกิดอย่างแน่นแฟ้น[๔]

จากรายงานดังกล่าว สามารถยืนยันได้ว่า การระลึกชาติได้ เป็นสิ่งที่เป็นความจริง มีเหตุผลและหลักฐานที่เชื่อได้แน่นอน ไม่ใช่สิ่งเหลวไหลเพ้อเจ้อ เพราะผู้ศึกษาค้นคว้าได้พบลักษณะร่วมที่สำคัญของผู้ที่ระลึกชาติได้ ๓ ประการ [๕] คือ ๑) ผู้ระลึกชาติได้ ส่วนใหญ่จะเป็นเด็กที่มีอายุระหว่าง ๒–๕ ปี โดยที่เมื่อเด็กเริ่มพูดได้ ก็จะพูดถึงการที่ตนเคยมีชีวิตอยู่ในชาติก่อนหน้านี้ว่า ตนเองนั้นเป็นใคร ทำอะไร อยู่ที่ไหน มีลักษณะความทรงจำเหมือนผู้ใหญ่ และต้องการที่จะกลับไปหาพ่อแม่ในชาติก่อนของตน ๒) ผู้ระลึกชาติได้ส่วนใหญ่ มักจะเกิดมาพร้อมกับมีรอยแผลเป็นหรือปาน ซึ่งแสดงถึงรอยแผลที่เคยถูกแทง หรือเป็นปานอันเป็นลักษณะเกิดเหตุการณ์ในชาติก่อน และ ๓) การระลึกชาติได้ดังกล่าว จะเป็นการจำหรือระลึกได้ชั่วคราว ส่วนมาก เมื่อเขาเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ก็จะลืมเลือนไป และพบว่าส่วนใหญ่ของผู้ระลึกชาติได้ มักจะเป็นผู้ที่ตายแล้วเกิดทันทีหรือตายไปไม่นานก็กลับมาเกิดใหม่ ส่วนผู้ที่ตายไปนาน ๆ แล้ว จะไม่พบในกรณีศึกษาดังกล่าว

---

[๓] ประสาน ต่างใจ,นพ. เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๕๓

[๔] รอย สเตมแมน, **ความทรงจำจากอดีตชาติ**, แปลโดย วิษุวัต, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เรือนบุญ,๒๕๔๐), หน้า ๗–๒๖.

[๕] เชียร วิริยานนท์,นพ. **เรื่องเก่าเล่าใหม่** , (กรุงเทพมหานคร : สมาคมค้นคว้าทางจิตแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๙), หน้า ๓๘

ในประเทศไทย ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แสง จันทร์งาม ศาสตราจารย์ด้านปรัชญาและศาสนา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิและมีชื่อเสียงมากผู้หนึ่งในประเทศไทย ได้ศึกษาและสรุปรูปแบบของการระลึกชาติไว้ ๓ แบบ [๖] คือ ๑) แบบการจำชาติก่อนได้เอง เป็นกรณีของเด็กที่เกิดมาแล้วสามารถระลึกชาติได้ ดังกรณี ศาสตราจารย์ เอียน สตีเวนสัน ได้ศึกษาไว้ ๒) แบบการจำชาติก่อนได้โดยการสะกดจิต พบในกรณีที่แพทย์ใช้วิธีการรักษาผู้ป่วยแบบสะกดจิต เพื่อค้นหาสมุฏฐานของโรค ซึ่งพบว่า ผู้ป่วยประมาณ ๖๐ เปอร์เซ็นต์ สามารถสะกดจิตให้ระลึกชาติได้ และ ๓) แบบการจำชาติก่อนได้โดยการทำสมาธิ ซึ่งเป็นวิธีปฏิบัติกันอยู่ในวงการพระพุทธศาสนา

จากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า "การระลึกชาติ" เป็นปรากฏการณ์ที่สามารถตรวจสอบและพิสูจน์ได้จริงด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ในปัจจุบัน การศึกษาวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาเพื่อให้เข้าใจหลักและวิธีการระลึกชาติที่ปรากฏในคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้ดียิ่งขึ้น และต้องการจะแสวงหาแนวทางประยุกต์หลักคำสอนเกี่ยวกับการระลึกชาติมาใช้เพื่อเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของสมาชิกในสังคมให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ในบทที่ ๒ นี้ จึงนำเสนอเนื้อหาที่เป็นแนวคิดเกี่ยวกับหลักการระลึกชาติ และลักษณะของการระลึกชาติ ที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

๒.๒ หลักการระลึกชาติ

ในทางพระพุทธศาสนา มีหลักคิดเกี่ยวกับการระลึกชาติคือ การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มนุษย์สามารถจะระลึกหรือย้อนระลึกถึงชาติในอดีตของตนได้หลายรูปแบบ บางคนอาจจะระลึกชาติได้เองโดยอัตโนมัติหลังการเกิดใหม่ไม่นาน บางคนอาจจะระลึกได้เมื่อมีการสะกดจิตหรือถูกสะกดจิต บางคนอาจจะระลึกชาติได้ เมื่อบำเพ็ญสมาธิจนจิตสงบนิ่ง บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ อย่างญาณที่เกิดแก่พระพุทธเจ้าในลำดับปฐมยามก่อนการตรัสรู้ คำสอนเกี่ยวกับการระลึกชาติใน พระพุทธศาสนา มีจุดเน้นเพื่อการอบรมสั่งสอนจริยธรรม เพราะการได้หยั่งรู้อดีตของตนได้ทำกรรมอะไรไว้ก็จะต้องมาเสวยผลกรรมในชาตินี้ ทั้งดีและไม่ดี จะได้ละกรรมที่ไม่ดี ประกอบ

---

[๖] แสง จันทร์งาม, **ตายแล้วเกิด** (ตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท), ศูนย์ส่งเสริมพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร : พรศิวการพิมพ์, ๒๕๓๕), หน้า ๓๑.

แต่กรรมดี และเป็นการยืนยันเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏของบุคคลที่อุดมด้วยกิเลส ต้องเวียนว่ายตายเกิดและเสวยวิปากที่ไม่ดีอย่างไม่รู้จักจบสิ้น ถ้าไม่พัฒนาตนเองให้ตั้งอยู่และประกอบแต่กรรมดีเป็นหลัก แต่ถ้าทำกรรมดี ก็ประสบแต่สุคติภูมิ หากบำเพ็ญบารมีจนเต็มเปี่ยม ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาก็สามารถจะหลุดพ้นจากห่วงโซ่สังสารวัฏฏ์ได้ ดังนั้น การระลึกชาติจึงถือได้ว่า เป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่จะทำให้บุคคลได้เข้าใจหลักกรรม สังสารวัฏ และมุ่งพัฒนาคุณภาพของตนเพื่อความเป็นอริยบุคคลต่อไป

๒.๒.๑ แนวคิดการระลึกชาติกับหลักคำสอนในพระสุตตันตปิฎก

ผู้วิจัยได้ค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก ได้พบหลักฐานเกี่ยวกับการระลึกชาติกระจายอยู่ในสูตรต่าง ๆ ถึง ๖๓ สูตร และกระจายอยู่ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎกถึงจำนวน ๑๖ เล่ม จากจำนวนทั้งหมด ๒๕ เล่ม ดังรายชื่อและจำนวนพระสูตรที่ให้ไว้ในภาคผนวก ก. จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยพบว่า แนวคิดพื้นฐานสำคัญเกี่ยวกับ การระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกนั้น มีความสัมพันธ์กับคำสอนหลักใหญ่ ๆ อยู่ ๒ ประการคือ คำสอนเรื่องสังสารวัฏ ที่กล่าวถึงการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และ คำสอนเรื่องกรรมและกฎแห่งกรรม เพราะการระลึกชาติ หมายเอาการระลึกถึงอดีตชาติของบุคคลที่เวียนเกิดเวียนตายในชาติหรือภพต่างๆที่ผ่านมา และการเวียนเกิดเวียนตายก็เป็นสิ่งที่เนื่องด้วยอำนาจของกรรมที่บุคคลได้กระทำเอาไว้ เพราะเมื่อทำกรรม ย่อมได้รับผลของกรรมที่เรียกว่าวิบาก อันเป็นกฎสากลที่ยืนยันความเกี่ยวเนื่องด้วยสาเหตุและผล ซึ่งพอจะพิจารณาถึงจุดมุ่งหมายของคำสอนเรื่องการระลึกชาติและความสัมพันธ์ของการระลึกชาติกับสังสารวัฏและกฎแห่งกรรมได้ว่า

จุดมุ่งหมายของคำสอนเกี่ยวกับการระลึกชาตินั้น ประการแรก พระพุทธเจ้าสอนเพื่อเน้นย้ำหลักคำสอนเกี่ยวกับศีลธรรม หรือจริยธรรม มุ่งให้ประกอบกรรมดีเป็นหลักเพราะผู้ที่ประกอบกรรมดี ย่อมบังเกิดในภพที่ดี เสวยวิบากที่ดี ประการที่สอง เพื่อเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติขัดเกลา ผู้ที่ปฏิบัติทางจิต ย่อมสามารถหวังผลของการปฏิบัติแม้เพียงการระลึกชาติก็สามารถทำได้ ในอากังเขยย-สูตร[๗] พระพุทธเจ้า ก็ทรงตรัสถึงการระลึกชาติเพียงในแง่ที่เป็นเป้า

---

[๗] ม. มู. (ไทย) ๑๒ / ๘๘ / ๖๐., ม.มู. (บาลี) ๑๒ / ๖๘ / ๔๖.

หมายของการปฏิบัติในระดับต้นว่า หากภิกษุพึงหวังจะระลึกชาติได้ ก็พึงปฏิบัติศีลให้บริบูรณ์ ไม่เหินห่างจากฌาน หมั่นประกอบวิปัสสนาก็จะบรรลุได้ ดังข้อความที่ปรากฏในพระสูตรว่า

" ภิกษุทั้งหลาย หากภิกษุพึงหวังว่า ' เราพึงระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ๓ ชาติบ้าง ๔ชาติบ้าง ๕ชาติบ้าง ๑๐ชาติบ้าง ๒๐ ชาติบ้าง ๓๐ ชาติบ้าง ๔๐ ชาติบ้าง ๕๐ ชาติบ้าง ๑๐๐ ชาติบ้าง ๑,๐๐๐ชาติบ้าง ๑๐๐,๐๐๐ ชาติบ้าง ตลอดสังวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ตลอดวิวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้าง ว่า 'ในภพโน้น เรามีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์และมีอายุอย่างนั้น จุติจากภพนั้น จึงมาเกิดในภพนี้ 'เราระลึกชาติก่อนได้หลายชาติพร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวประวัติ อย่างนี้ ภิกษุนั้น พึงทำศีลให้บริบูรณ์ หมั่นประกอบธรรมเครื่องสงบใจภายในตนไม่เหินห่างจากฌาน ประกอบด้วยวิปัสสนาเพิ่มพูนเรือนว่าง "

ประการที่สาม เพื่อยืนยันว่า เป็นผลสำเร็จของการบวชเป็นบรรพชิตที่ผู้บวชสามารถบรรลุได้จริง มิใช่การบวชจะไม่บังเกิดผลหรือเสียเวลาใดๆ และยังสามารถบรรลุผลอย่างอื่นที่สูงกว่า การระลึกชาติได้อีกด้วย ดังความที่ตรัสในสามัญญผลสูตร[๙] ที่พระพุทธเจ้า ได้ทรงอธิบายว่า การระลึกชาติได้ เป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ในปัจจุบันอย่างหนึ่งในบรรดาผลของความเป็นสมณ ๑๔ ประการ ที่พระพุทธองค์ตรัสแก่พระเจ้าอชาตศรัตรูว่า ภิกษุได้ฌาน ๔ (จตุตถฌาน) แล้วเมื่อน้อมจิตไปเพื่อให้เกิดปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (ฌานคือการระลึกชาติได้) ภิกษุนั้น ก็สามารถระลึกชาติก่อน ๆ ได้ นี่เป็นผลแห่งการบวชที่เห็นประจักษ์ในปัจจุบัน ที่ดีกว่าและสำคัญกว่าผลข้อก่อน เป็นต้น

สำหรับความสัมพันธ์ของแนวคิดในเรื่องการระลึกชาติกับสังสารวัฏและกฎแห่งกรรมนั้น ผู้วิจัย จะนำเสนอเนื้อหาในประเด็นการระลึกชาติกับหลักสังสารวัฏเป็นอันดับแรก แล้วจะเสนอประเด็นการระลึกชาติกับกฎแห่งกรรมเป็นอันดับต่อไป ดังนี้

---

[๙] **ที. สี.** ๙ (ไทย) เพิ่งอ้าง, หน้าเดียวกัน., (บาลี) ๙ / เพิ่งอ้าง, หน้าเดียวกัน

๒.๒.๑.๑ การระลึกชาติกับหลักสังสารวัฏ

เนื้อหาคำสอนเรื่องการระลึกชาตินั้น มีความสัมพันธ์กับคำสอนเรื่อง "สังสารวัฏ" หรือเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด โดยสังสารวัฏ เป็นคำสอนพื้นฐานสำคัญ และคำสอนเรื่องการระลึกชาติได้เป็นตัวพิสูจน์ให้เห็นว่า การตายแล้วเกิดมีจริง หรือชีวิตของสัตว์ที่ยังมีกิเลสตัณหานั้นมีการเวียนว่ายตายเกิดจริง เพราะว่า สังสารวัฏ หมายถึงการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลาย การระลึกชาติหมายถึงการระลึกถึงการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลายนั่นเอง และพระพุทธศาสนามีหลักคำสอนเรื่องสังสารวัฏนี่แหละที่สัมพันธ์กับการเวียนว่ายตายเกิดโดยตรง เพราะการเกิดใหม่ของสัตว์ย่อมต้องอาศัยกรรม กิเลส และวิญญาณ[๖] มีความสัมพันธ์กัน เหมือนเนื้อนาดิน พืชและยางเหนียวในพืชอันทำให้พืชมีคุณสมบัติในการเกิดขึ้นใหม่ได้อีกเมื่อมีสภาวะแวดล้อมเหมาะสม ในเนื้อหาสำคัญของหลักคำสอนสังสารวัฏ ประกอบไปด้วยองค์ธรรมดังนี้ คือ

(๑) กิเลส ได้แก่ ความอยากอันเป็นไปด้วยอำนาจแห่งตัณหาของมนุษย์

(๒) กรรม ได้แก่ การกระทำของมนุษย์ที่เป็นไปด้วยอำนาจแห่งจิต อันเป็นเสมือนผู้บังคับบัญชาให้ร่างกายมนุษย์กระทำกรรมต่าง ๆ ตามที่จิตปรารถนา

(๓) วิบาก ได้แก่ ผลแห่งการกระทำตามอำนาจแห่งจิต ถ้าจิตเป็นกุศล ก็จะสั่งให้ทำแต่กรรมดี แต่ถ้าจิตเป็นอกุศล การกระทำก็จะเป็นในฝ่ายชั่วหรือกรรมไม่ดี

ดังนั้น เมื่อมนุษย์มีกิเลสก็ย่อมมีการกระทำตามอำนาจของกิเลส และสุดท้ายก็ย่อมมีผลแห่งการกระทำปรากฏตามมา เราจะสามารถมองเห็นว่า ทำไมมนุษย์เกิดมาในมนุษยโลกนี้ จึงมีความแตกต่างกันมากมาย ต่างกันโดยฐานะความเป็นอยู่มีคนจนมีคนรวย ต่างกันโดยสภาพร่างกายมีคนสวย มีคนไม่สวย มีคนสมบูรณ์ทางร่างกาย มีคนอาภัพทางร่างกาย เช่น หูหนวก ตาบอด แขนขา พิการหรือมีคนฉลาดด้วยสติปัญญาและมีคนโง่เขลาเบาปัญญา เป็นต้น ผลต่าง ๆ เหล่านี้ เกิดขึ้นจากอำนาจแห่งสังสารวัฏที่มนุษย์เป็นผู้กำหนดให้เป็นไปเองทั้งนั้น ทั้งที่เป็นผลแห่งกรรมในอดีตชาติและเป็นผลแห่งกรรมในปัจจุบันชาติ

---

[๖] เสนาะ ผดุงฉัตร, **ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวรรณคดีบาลี**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๑๘๗.

ก. ประเภทแห่งสังสารวัฏ

สังสารวัฏหมายถึงการเวียนว่ายตายเกิดในภพหรือภูมิอันเป็นโลกหรือสถานที่ที่สังสารวัฏดำเนินไป และการเวียนว่ายในภูมิต่าง ๆ เมื่อแบ่งออกเป็นชั้น ๆ แล้ว ได้ ๓ ชั้น เรียกว่า ไตรภูมิ หรือ ไตรภพ โดยละเอียดภูมิมีจำนวน ๓๑ ภูมิ จะขอแสดงประเภทแห่งสังสารวัฏที่แบ่งตามลำดับไตรภูมิ ดังนี้[๑๐]

๑. เหฏฐิมวัฏสงสาร คือ การที่สัตว์ท่องเที่ยวเวียนเกิดเวียนตายอยู่ในภูมิชั้นต่ำชั้นเลว มีทุกข์มาก ด้วยอำนาจแห่งกิเลสวัฏชั้นต่ำ ได้แก่ มิจฉาทิฏฐิ และกรรมวัฏชั้นต่ำ คือ อกุศลกรรม ๑๐ ประการ ภูมิชั้นต่ำนี้มี ๔ ชั้น คือ

๑. นิรยภูมิ	โลกนรก
๒. ปิตติวิสยภูมิ	โลกเปรต
๓. อสุรกายภูมิ	โลกอสุรกาย
๔. ติรัจฉานภูมิ	โลกเดียรัจฉาน

๒. มัชฌิมวัฏสงสาร คือ การที่สัตว์ทั้งหลายต้องท่องเที่ยว เวียนตายเวียนเกิดอยู่ในภูมิชั้นกลาง ซึ่งเป็นภูมิที่ดีมีสุขเป็นโลกีย์พอประมาณ ด้วยอำนาจแห่งกิเลสวัฏชั้นกลาง คือ กามตัณหาและ สุจริตกรรม ๑๐ ประการ มีจำนวน ๗ ชั้น ที่เรียกว่า กามสุคติภูมิ ดังนี้

๑. มนุสสภูมิ	โลกมนุษย์
๒. จาตุมหาราชิกาภูมิ	เทวโลกชั้น ๑
๓. ตาวติงสาภูมิ	เทวโลกชั้น ๒
๔. ยามาภูมิ	เทวโลกชั้น ๓
๕. ดุสิตาภูมิ	เทวโลกชั้น ๔
๖. นิมมานรตีภูมิ	เทวโลกชั้น ๕
๗. ปรนิมมิตวสวัตตีภูมิ	เทวโลกชั้น ๖

---

[๑๐] พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙), **ภูมิวิลาสินี.** (กรุงเทพฯ: ดอกหญ้า, ๒๕๔๕), หน้า ๕๗๕ - ๕๗๖.

๓. อุปริมวัฏสงสาร คือ การที่สัตว์ทั้งหลายต้องท่องเที่ยววนเวียนเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในภพภูมิชั้นสูง ซึ่งเป็นภูมิดีวิเศษมีสุขมาก ด้วยอำนาจแห่งกิเลสวัฏชั้นสูง คือภวตัณหา อันประกอบด้วยสัสสตทิฏฐิ และมโนสัญเจตนาที่ประกอบด้วยรูปฌานและอรูปฌาน อันเป็นเหตุให้ยินดีและติดอยู่ในภพนั้น ๆ มีจำนวน ๒๐ ภูมิ คือ

๑. พรหมปาริสัชชาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑
๒. พรหมปโรหิตาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๒
๓. มหาพรหมาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๓
๔. ปริตตาภาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๔
๕. อัปปมาณาภาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๕
๖. อาภัสสราภูมิ	พรหมโลกชั้น ๖
๗. ปริตตสุภาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๗
๘. อัปปมาณสุภาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๘
๙. สุภกิณหาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๙
๑๐. เวหัปผลาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๐
๑๑. อสัญญีสัตตาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๑
๑๒. อวิหาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๒
๑๓. อตัปปาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๓
๑๔. สุทัสสาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๔
๑๕. สุทัสสีภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๕
๑๖. อกนิฏฐาภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๖
๑๗. อากาสานัญจายตนภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๗
๑๘. วิญญานัญจายตนภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๘
๑๙. อากิญจัญญายตนภูมิ	พรหมโลกชั้น ๑๙
๒๐. เนวสัญญานาสัญญายตนภูมิ	พรหมโลกชั้น ๒๐

อนึ่ง เมื่อสัตว์ทั้งหลายเกิดมาอาศัยอยู่ตามภูมินั้น ๆ ดังนี้แล้ว สัตว์บางพวกก็มีความทุกข์มาก มีความสุขน้อย บางพวกก็มีความสุขมาก ไม่สม่ำเสมอกัน เมื่อตนมีความเป็นเช่นนี้แล้ว ก็พากันแสวงหาความสุขให้ยิ่ง ๆ ไปกว่าที่มีหรือที่ได้รับอยู่นั้นอีก เพราะเป็นสัตว์ที่ยังมีกิเลสอยู่ จึงถูกผลักดันให้ทำกรรมแล้วก็ย่อมจะได้รับผลแห่งกรรมต่อไป หรือว่ามีกิเลสแล้วเป็นเหตุให้ทำกรรม เมื่อมีกรรมตั้งขึ้นแล้วก็ย่อมจักได้รับผลแห่งกรรม คือวิบาก เมื่อยังมีวิบากหรือขันธ์อยู่

ยังไม่สิ้นไปซึ่งกิเลสก็เป็นเหตุให้ทำกรรมอีก เป็นเช่นนี้ไม่รู้ว่าจะจบลงได้ เวียนกันไปเวียนกันมา เหมือนกังหันที่ต้องลมอยู่ฉะนั้น ความเป็นไปดังกล่าวนี้ เรียกอีกอย่างว่า วัฏจักร ท่านอุปมาเรื่องนี้ว่า เป็นเหมือนคนตาบอด ขโมยควาย ดังนิทานกล่าวว่า คนตาบอดริอ่านเป็นขโมยเข้าไปลักควายเขา จับควายได้ขึ้นขี่หลังตีควายเรื่อยไป ควายก็เดินเรื่อยไป แต่ควายจะเดินไปถึงไหนอย่างไรหารู้ไม่ ตีควายเรื่อยไปจนสว่างนึกว่าคงไปได้ไกลแล้ว ที่ไหนได้ ควายมันเดินวนอยู่ในรั้วบ้านนั้นเอง จนเจ้าของตื่นขึ้นมาเห็นและร้องถามไปว่าจะเอาควายเขาไปไหน จึงรู้สึกขึ้นได้ว่าตัวเองหลงตีควายอยู่กับที่ ในที่สุดก็วนเวียนอยู่ในรั้วบ้านนั้นเอง การหมุนเวียนนี้มีความหมายครอบงำไปถึง ๓๑ ภูมิ จะต่างกันเพียงกาละและเทศะเท่านั้น[๑๑]

ดังนั้น ภูมิ ๓๑ ภูมิ จึงเป็นที่อุบัติ เป็นที่อยู่ และเป็นที่ตายของสัตว์ทั้งหลาย และอาการที่เวียนว่ายตายเกิดนี้ว่าวัฏสงสาร หรือสังสารวัฏ เมื่อเป็นเช่นนี้ การท่องเที่ยวในวัฏฏะของสัตว์ผู้ยังมีกิเลสไม่มีการสิ้นสุดลงได้ นอกเสียจากจะตัดกิเลสจนบรรลุนิพพาน กระแสการวนเวียนในสังสารวัฏจึงจะถูกตัดลงได้เด็ดขาด

สัตว์ทั้งหลาย ผู้ท่องเที่ยวอยู่ในวัฏสงสาร จะเป็นผู้เที่ยงแท้ยั่งยืนเสวยสุขตลอดไปไม่มี แม้จะบังเกิดในสุคติภูมิที่สูง เสวยสมบัติอันประเสริฐสุด มีทิพยสมบัติดังพระอินทร์ หรือ มีความสุขอย่างยิ่งเช่นเหล่าพรหมทั้งหลาย ในเมื่อถึงคราวสิ้นอายุขัยย่อมจะต้องพลัดพราก เสื่อมจากความสุขและตายลง ครั้นเคลื่อนจากอัตภาพนั้น ย่อมท่องเที่ยวไปเกิดในภูมิอื่น ๆ อีกใน ๓๑ ภูมิ สูงบ้าง ต่ำบ้าง ตามผลกรรมที่ประกอบไว้ เช่น ถ้าผู้ใดทำบาปก็ไปเกิดในเหฏฐิมสงสาร คือ อบายภูมิอันเป็นภูมิเบื้องต่ำ ถ้าประกอบความดี เจริญกุศลธรรม ก็จะอุบัติเกิดในระดับมัชฌิมสงสาร คือ กามสุคติภูมิ มีความสุขสำราญด้วยกามคุณบ้าง แต่ถ้าผู้ใดได้บำเพ็ญภาวนา เจริญสมาธิ บรรลุฌาน และฌานไม่เสื่อม สิ้นชีวิตไป ก็ไปบังเกิดในอุปริมสงสาร คือ พรหมโลก

---

[๑๑] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๗.

การที่พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องสงสารวัฏนี้ แสดงให้เห็นว่า สัตว์โลกทั้งปวงใน ๓๑ ภูมิย่อมตกอยู่ในกฎแห่งสามัญญลักษณะ ๓ ประการ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตา หาตัวยืนโรงนิรันดรไม่ได้ ไม่ว่าสัตว์ทั้งหลายจะอยู่ในชั้น ภพ ภูมิใด จะเป็นมนุษยภูมิ เทวภูมิ หรือพรหมโลกก็ตาม ล้วนแต่ไม่ได้รับการยกเว้น เมื่อประสงค์สุคติภูมิ จึงสมควรที่จะประกอบกุศลกรรมให้ยิ่งขึ้นไป

ข. ลักษณะแห่งสังสารวัฏ

สังสารวัฏ มีลักษณะสรุปได้ดังต่อไปนี้

๑) ***มีที่สุดไม่อาจรู้ได้*** สังสารวัฏ เป็นสิ่งที่ไม่สามารถที่จะรู้จุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของมันได้ ชีวิตของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายที่เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏนี้ เป็นสิ่งที่มีมายาวนานมากและเป็นการเวียนว่ายตายเกิดด้วยอำนาจแห่งกรรม เมื่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายยังมีกิเลสและทำกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ กรรมนั้นย่อมส่งผลให้มนุษย์และสัตว์เหล่านั้นได้ไปเกิดในชาติภพต่าง ๆ และได้รับสุขและทุกข์ตามกำลังแห่งอำนาจของกรรม ตราบใดที่มนุษย์ยังทำกรรมอยู่ กรรมย่อมให้ผลอยู่ตราบนั้น การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏกับการให้ผลของกรรมจึงมีความสัมพันธ์กันและเราก็ไม่สามารถจะรู้ได้ว่ามนุษย์และสัตว์ทั้งหลายได้รับผลของกรรมข้ามภพข้ามชาติมานานเท่าไร และจะต้องรับผลของกรรมต่อไปอีกกี่ภพกี่ชาติ

กระบวนการให้ผลของกรรมนี้ ถือว่าเป็นเรื่องที่ละเอียดซับซ้อนเป็นอย่างยิ่งและพ้นวิสัยแห่งความคิดของผู้ที่ยังไม่บรรลุธรรมสูงสุด ไม่สามารถที่จะให้เห็นแจ่มแจ้งได้ บาลีจัดเป็นข้ออจินไตย คือ เป็นสิ่งที่ไม่พึงคิดอย่างหนึ่ง ท่านบอกว่า ถ้าขืนมัวครุ่นคิดเรื่องอจินไตยแล้ว จะทำให้เกิดความอึดอัดเป็นบ้าไปได้ ที่ว่าเช่นนี้ มิได้หมายความว่า พระพุทธเจ้าทรงห้ามไม่ให้เราคิด เพียงแต่ทรงแสดงไปตามความเป็นจริงไปตามธรรมดาว่า เรื่องนี้คิดเอาเองไม่ได้หรือไม่อาจจะเข้าใจได้สำเร็จด้วยการคิดหาเหตุผล แต่เป็นเรื่องที่เข้าใจได้ด้วยการรู้แจ้งเห็นจริงจากการปฏิบัติหรือการพัฒนาจิต และเมื่อคิดไปแล้วจะเกิดเป็นบ้า ก็มิใช่เป็นเพราะว่าพระพุทธเจ้าหรือใครจะลงโทษหรือทำให้บ้า แต่ผู้คิดจะเป็นบ้าไปตามธรรมดาของเขาเอง

พระพุทธเจ้าได้ตรัสเรื่องแห่งสังสารวัฏที่ไม่สามารถจะรู้เบื้องต้นเบื้องปลายไว้ว่า "ภิกษุทั้งหลาย สงสารนี้ มีเบื้องต้น และเบื้องปลายรู้ไม่ได้ ที่สุดเบื้องต้นที่สุดเบื้องปลายไม่ปรากฏแก่เหล่าสัตว์ผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป"[๑๒] เพราะว่าชีวิตของเหล่าสัตว์ ทั้งหลายที่เวียนว่ายตายเกิดในสงสารวัฏนี้ มันยาวนานมากจนไม่อาจจะนับได้ว่านานเท่าใดหรือมาก เท่าใด ซึ่งในกรณีนี้เพื่อต้องการอธิบายประกอบ พระพุทธเจ้าจึงได้ยกตัวอย่างมาอธิบายเปรียบเทียบไว้ประมาณ ๑๘ ตัวอย่างด้วยกัน เช่น เปรียบเทียบว่าจำนวนเม็ดทรายในแม่น้ำคงคา ยังจะสามารถนับได้ว่ามีจำนวนกี่เม็ด แต่สำหรับกัปทั้งหลายที่ชีวิตของเหล่าสัตว์ได้วนเวียนท่องเที่ยวนั้น ไม่อาจนับได้เลย ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสตอบคำถามของชายคนหนึ่งเข้าเฝ้าและทูลถามเรื่องนี้ ณ พระวิหารเวฬุวัน แขวงกรุงราชคฤห์ ว่า

" พราหมณ์ กัปทั้งหลายที่ผ่านพ้นไปแล้วมากนักแล มิใช่เรื่องง่ายที่จะนับกัปเหล่านั้นว่าเท่านี้กัป เท่านั้น ๑๐๐ กัป เท่านี้ ๑,๐๐๐ กัป หรือว่าเท่านี้ ๑๐๐,๐๐๐ กัป

พระองค์ อาจอุปมาได้ไหม พระเจ้าข้า

อาจอุปมาได้ พราหมณ์ เปรียบเหมือนแม่น้ำคงคานี้ เริ่มต้นจากที่ใดและถึงมหาสมุทร ณ ที่ใด เม็ดทรายในระหว่างนี้ ง่ายที่จะนับได้ว่า เท่านี้ ๑๐๐ เม็ด เท่านี้ ๑,๐๐๐ เม็ด หรือว่าเท่านี้ ๑๐๐,๐๐๐ เม็ด กัปทั้งหลายที่ผ่านพ้น ๑๐๐ ไปแล้วมากกว่าเม็ดทรายเหล่านั้น มิใช่เรื่องง่ายที่จะนับกัปเหล่านั้นว่า เท่านี้ ๑๐๐ กัป เท่านี้ ๑,๐๐๐ กัป หรือว่า เท่านี้ ๑๐๐,๐๐๐ กัป ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่าสงสารนี้ มีเบื้องต้นและเบื้องปลายรู้ไม่ได้ ที่สุดเบื้องต้นที่สุดเบื้องปลาย ไม่ปรากฏแก่เหล่าสัตว์ผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป สัตว์เหล่านั้นก็เสวยความทุกข์ เสวยความลำบาก ได้รับความพินาศ เต็มป่าช้าเป็นเวลายาวนาน" [๑๓]

การที่สัตว์ทั้งหลายทุกรูปทุกนามต้องท่องเที่ยววนเวียน เกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่ในภพภูมิต่าง ๆ รวมทั้งชีวิตปัจจุบันของมนุษย์ในโลกนี้อย่างไม่มีวันสิ้นสุดนี้ เรียกว่า วัฏสงสาร การเป็นไปอยู่หรือกระบวนแห่งความเป็นไปของวัฏสงสารมีธรรมชาติปรากฏขึ้นด้วยการอิงอาศัยกันและดับไปด้วยเหตุปัจจัยเหมือนกัน กล่าวคือ ความเป็นไปอยู่ของวัฏสงสารนี้ตั้งอยู่บนหลักแห่งอิทัปปัจจยตา ซึ่งแสดงให้เห็นถึงกระบวนการเกิดการดำเนินไปและการดับของชีวิต ที่มีความ

---

[๑๒] สํ.นิ. (ไทย) ๑๖ / ๑๒๔ / ๒๑๕., (บาลี) ๑๖ / ๑๒๔ / ๑๗๒.

[๑๓] สํ. นิ. (ไทย) ๑๖ / ๑๓๑ / ๒๒๒., (บาลี) ๑๖ / ๑๓๑ / ๑๗๗.

สัมพันธ์กันเป็นลูกโซ่อย่างอิงอาศัยกัน ดังนั้น ความเป็นไปของวัฏสงสารจึงประกอบด้วยองค์ ๓ คือ กิเลส กรรม และวิบาก กิเลสเป็นเหตุให้ทำกรรม เมื่อทำกรรมแล้วก็ก่อให้เกิดวิบากตามมา วิบากก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลสต่อไปอีกใหม่ เป็นสภาวะหมุนเวียนด้วยความเป็นทั้งเหตุและผลแห่งกันอยู่อย่างนี้ไม่มีวันสิ้นสุด

๒) มีอวิชชาเป็นสาเหตุ อวิชชา คือ ความไม่รู้ในสภาวธรรมและหลักสัจธรรม ๘ อย่าง[๑๔] คือ

๑. ไม่รู้จักทุกข์
๒. ไม่รู้จักเหตุแห่งทุกข์
๓. ไม่รู้ความดับทุกข์
๔. ไม่รู้ทางแห่งความดับทุกข์

ทั้ง ๔ ข้อนี้ คือความไม่รู้อริยสัจธรรม ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค นั่นเอง

๕. ไม่รู้อดีต คือ ไม่รู้จักสาวหาเหตุในอดีตว่าสิ่งที่ปรากฏในปัจจุบันนี้ คือเป็นผลแห่งเหตุอะไรในอดีต

๖. ไม่รู้จักอนาคต คือไม่รู้จักคาดการณ์ข้างหน้าว่าสิ่งที่ปรากฏในปัจจุบันนี้จะเป็นเหตุให้ผลอย่างไรในอนาคต

๗. ไม่รู้จักทั้งอดีตและอนาคต คือไม่รู้จักโยงเหตุในอดีตให้เชื่อมถึงผลในอนาคต

๘. ไม่รู้ปฏิจจสมุปบาท คือไม่รู้จักสภาวธรรมนั้น ๆ ตามความเป็นจริงโดยเป็นธรรมที่ว่าอาศัยกันและกันเกิดขึ้นคือเป็นเหตุและปัจจัยซึ่งกันและกัน

ตราบใดที่ยังไม่รู้สัจธรรมเหล่านี้ ก็จะทำให้เกิดความหลงผิดเข้าใจผิดไปต่างๆ นานา อวิชชา จึงได้ชื่อว่าเป็นรากเหง้าของโมหะ เพราะโมหะทำให้เกิดอารมณ์ปรุงแต่งสังขารขึ้น และทำให้ยึดถือสังขารว่าเป็นตัวเราตัวเขาคือมีความหลงผิดคิดว่าร่างกายนี้เป็นของๆ เรา สิ่งนี้เป็นของ ๆ เรา รวมความว่า อวิชชาคือความไม่รู้จักตัวเองว่าคืออะไร เกิดมาเพราะอะไร ทำไมจึงต้อง

---

[๑๔] **สํ.นิ.** (ไทย) ๑๖ / ๑๗ / ๕.,(บาลี) ๑๖ / ๑๗ / ๒๐.

เกิด ดังนั้น อวิชชาจึงเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร เมื่อสรรพสัตว์ถูกอวิชชาครอบงำอย่างนี้ จึงทำให้เวียนเกิดเวียนตายอยู่ในสังสารวัฏอย่างไม่รู้จักจบสิ้น

พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันไว้ชัดเจนว่า เหล่าสัตว์เป็นผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ขวางกั้นและหุ้มห่ออยู่ด้วยกิเลสตัณหา ถูกตัณหาผูกรัดรึงไว้ จึงต้องมีชีวิตที่ท่องเที่ยวเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในสังสารวัฏ ตัวอย่างเช่นในปฐวีสูตร พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ ภิกษุทั้งหลาย ... เหล่าสัตว์ ผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป”[๑๕] เป็นต้น อนึ่ง กาลคือความยาวนานแห่งวัฏสงสาร กล่าวคือสัตว์โลกทั้งหลายรวมทั้งตัวเราที่กำลังเป็นมนุษย์อยู่ในขณะนี้ด้วย ต้องเวียนเกิดเวียนตายในวัฏสงสารอยู่อย่างนี้ตลอดไป ไม่ว่าจะเกิดขึ้นครั้งใด เป็นต้องตายลงไปครั้งนั้น เกิดทีไรเป็นต้องตายทุกที ซ้ำซากอยู่อย่างนี้ ไม่มีวันหยุดยั้ง ตัวเรานี่แหละเกิด ๆ ตาย ๆ มาแล้วนับครั้งไม่ถ้วน แต่การที่ไม่รู้สึกตัวก็เพราะอวิชชาคือความไม่รู้ในเรื่องชาติเรื่องภพมันมาปิดบังดวงตา คือปัญญาเอาไว้ ทำให้บอด มืดมนอยู่ดังคน จักษุบอด แต่ความจริงแล้วมนุษย์ก็ต้องตาย ตายแล้วก็เกิดอีก และเฝ้าตาย ๆ เกิด ๆ อยู่อย่างนี้ตลอดไป ไม่มีเวลาสิ้นสุดลงได้ เพราะวัฏสงสารนี้เป็นภพที่มีเวลายาวนานไม่มีวันสิ้นสุดนั่นเอง

๓) **เป็นทุกข์** การมีชีวิตท่องเที่ยววนเวียนอยู่ในสังสารวัฏ เป็นความทุกข์อย่างยิ่ง พระพุทธเจ้า ตรัสแสดงธรรมชี้ให้เห็นว่า ชีวิตของสัตว์ที่วนเวียนอยู่ในสังสารวัฏเป็นความทุกข์อย่างยิ่งต้องหลั่งน้ำตาร้องไห้คร่ำครวญ เนื่องจากประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจอาจประสบกับทุกขเวทนาอื่น ๆ ถูกลงโทษลงอาญา เป็นต้น พระพุทธ-องค์ ได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายที่เข้าเฝ้าอยู่ที่วัดพระเชตวัน แขวงกรุงสาวัตถีว่า

“ ภิกษุทั้งหลาย สงสารนี้มีเบื้องต้นและเบื้องปลายรู้ไม่ได้ ฯลฯ เธอทั้งหลายจะเข้าใจความนั้นว่าอย่างไร น้ำตาที่หลั่งไหลของเธอทั้งหลาย ผู้วนเวียนท่องเที่ยวไปคร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจโดยกาลนานนี้ กับน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ อย่างไหนหนอมากว่ากัน

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์ทั้งหลาย รู้ธรรมตามที่พระองค์แสดงแล้ว น้ำตาที่หลั่งไหลของข้าพระองค์ทั้งหลาย ผู้วนเวียนท่องเที่ยวไป

---

[๑๕] **สํ.นิ.** (ไทย) ๑๖ / ๑๒๕ / ๒๑๖.,(บาลี) ๑๖ / ๑๒๕ / ๑๗๓.

คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจโดยกาลนานนี้แหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

ถูกละ ถูกละ เธอทั้งหลาย รู้ธรรมที่เราแสดงแล้วอย่างนี้ ถูกต้องแล้ว น้ำตาที่หลั่งไหลของเธอทั้งหลายผู้วนเวียนท่องเที่ยวไป คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่น่าพอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจ โดยกาลนานนี้แหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

เธอทั้งหลาย ได้ประสบความตายของมารดามาช้านาน น้ำตาที่หลั่งไหลของเธอทั้งหลาย ผู้ประสบความตายของมารดา คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจนี้แหละมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

เธอทั้งหลาย ได้ประสบความตายของบิดา.... ของพี่ชายน้องชาย.... ของพี่สาว...น้องสาว.... ของบุตร...ของธิดา ... ความเสื่อมของญาติ... ความเสื่อมของโภคะ...ความเสื่อมเพราะโรค มาช้านาน น้ำตาที่หลั่งไหลของเธอทั้งหลาย ผู้ประสบความเสื่อมเพราะโรค คร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบกับสิ่งที่ไม่น่าพอใจ เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจนี้แหละ มากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย

ข้อนั้นเพราะเหตุไร

เพราะว่าสงสารนี้ มีเบื้องต้นและเบื้องปลาย รู้ไม่ได้ ที่สุดเบื้องต้นเบื้องปลายไม่ปรากฏแก่เหล่าสัตว์ผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป อุปมานี้ฉันใด อุปมัยก็ฉันนั้น เธอทั้งหลาย เสวยความทุกข์ ได้รับความลำบาก ได้รับความพินาศเต็มป่าช้าเป็นเวลายาวนาน”[๑๖]

---

[๑๖] **สํ. นิ.** (ไทย) ๑๖ / ๑๒๖ / ๒๑๗., (บาลี) ๑๖ / ๑๒๖ / ๑๗๔.

การท่องเที่ยวไปตามกระบวนการแห่งวัฏสงสารนั้น ตั้งอยู่บนความทุกข์ ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสย้ำว่า การท่องเที่ยวไป ๆ มา ๆ สู่ภพภูมิต่าง ๆ ก็คือการเกิดบ่อย ๆ การเกิดบ่อย ๆ ก็เป็นทุกข์ เพราะได้พบสิ่งที่ตนไม่ชอบบ่อย ๆ ได้พลัดพรากจากสิ่งที่รักบ่อย ๆ และเพราะต้องตาย บ่อย ๆ กล่าวโดยตรงก็คือ ชีวิตของสัตว์โลกตั้งอยู่บนกองแห่งทุกข์ ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า "เมื่อตามหานายช่าง (ตัณหา) ผู้สร้างเรือน (อัตภาพ) ไม่พบ เราได้เวียนว่ายตายเกิดในสงสารนับชาติไม่ถ้วน การเกิดบ่อย ๆ ก็เป็นทุกข์"[๑๗]

ผู้ไม่ต้องการให้มีการเกิดตายบ่อย ๆ ก็ต้องละกิเลสได้หมด เมื่อหมดกิเลสแล้ว การกระทำใด ๆ ก็ไม่จัดเป็นกรรมอีก จึงเข้าถึงพระนิพพาน ไม่ต้องกลับมาเกิด สิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิด

นอกจากนี้ พระพุทธเจ้ายังตรัสถึงความทุกข์ของสรรพสัตว์ทั้งหลายในลักษณะอื่น ๆ อีกมาก เช่น เกิดมาเป็นคนผู้มีมือและเท้าไม่สมประกอบ ในทุคคติสูตร[๑๘] เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เช่น โค, แพะ , แกะ, ไก่, สุกร ฯลฯ แล้วถูกฆ่า ดังที่ปรากฏในติงสมัคคสูตร [๑๙] เป็นต้น จะเห็นได้ว่า การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ เป็นความทุกข์ ถึงแม้บางครั้งจะเกิดมาร่ำรวย มีความสุขบ้าง แต่ก็พบกับความทุกข์อื่นๆ อยู่ดี อย่างน้อยก็เป็นความทุกข์เนื่องจากการได้สิ่งที่ไม่รัก และพลัดพรากจากสิ่งที่รักเป็นต้น

ค. จุดมุ่งหมายของคำสอนเรื่องสังสารวัฏ

จากการที่ได้เสนอมาตั้งแต่ต้นพบว่า หลักธรรมของพระพุทธศาสนาเรื่องการระลึกชาติ การเวียนว่ายตายเกิด และสังสารวัฏ มีความสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบ ทั้งนี้ก็เป็นไปเพื่อจุดม่งหมายที่สำคัญสูงสุด คือความหลุดพ้นจากอาสวกิเลส หรือเพื่อนิพพาน

ในจำนวนสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าตรัสสรุปไว้อย่างเดียวกันคือ เพื่อให้รู้และตระหนักถึงสงสาร (การเวียนว่ายตายเกิด) หรือสังขารทั้งหลายว่า เป็นของไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน ไม่น่าชื่นใจ ดังนั้น จึงควรเบื่อหน่าย คลายกำหนัด

---

[๑๗] **ขุ.ธ.** (ไทย) ๒๕ / ๑๕๓ / ๗๙., (บาลี) ๒๕ / ๑๕๓ / ๔๔.

[๑๘] **สํ. นิ.** (ไทย) ๑๖ / ๑๓๔ / ๒๒๕., (บาลี) ๑๖ / ๑๓๔ / ๑๗๙.

[๑๙] **สํ. นิ.** (ไทย) ๑๖ / ๑๓๖ / ๒๒๖., (บาลี) ๑๖ / ๑๓๖ / ๑๘๑.

และเพื่อหลุดพ้นจากสังขารทั้งปวง ดังตัวอย่างพระพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้า ตรัสในติณกัฏฐสูตร อนมตัคคสังยุต สังยุตนิกาย นิทานวรรค ความว่า

"...เพราะว่า สงสารนี้ มีเบื้องต้นเบื้องปลายรู้ไม่ได้ ที่สุดเบื้องต้น ที่สุดเบื้องปลายไม่ปรากฏแก่เหล่าสัตว์ผู้ถูกอวิชชากีดขวาง ถูกตัณหาผูกไว้ วนเวียนท่องเที่ยวไป อุปมานี้ฉันใด อุปไมยก็ฉันนั้น เธอทั้งหลายเสวยความทุกข์ ได้รับความลำบาก ได้รับความพินาศเต็มป่าช้า เป็นเวลายาวนาน ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แหละ จึงควรเบื่อหน่าย คลายความกำหนัด ควรเพื่อหลุดพ้นจาก สังขารทั้งปวง" [๒๐]

ขณะเดียวกัน พระพุทธเจ้า ยังตรัสย้ำไว้อีกใน เวปุลลปัพพตสูตร ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงอย่างนี้ ไม่ยั่งยืนอย่างนี้ ไม่น่าชื่นใจ อย่างนี้ เพราะเหตุนี้แหละ จึงควรเบื่อหน่าย ควรคลายกำหนัด ควรเพื่อหลุดพ้นจาก สังขารทั้งปวง...สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและความเสื่อม ไปเป็นธรรมดาเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป ความเข้าไปสงบระงับสังขารเหล่านั้น เป็นความสุข" [๒๑]

สิ่งที่น่าสังเกตก็คือว่า การตรัสเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดนี้ พระองค์มิได้ตรัสเพื่อให้คนเชื่อและหลงงมงาย แต่เป็นการตรัสเพื่อให้ทราบความจริงของชีวิต และวางแนวทางปฏิบัติเพื่อ หลุดพ้นจากสังสารวัฏ หมายความว่าจุดมุ่งหมายที่พระองค์ตรัสสอนก็เพื่อให้สรรพสัตว์กำจัดอวิชชาและ ตัดตัณหาให้สิ้น โดยพิจารณาสังขารทั้งหลายให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ที่แท้จริง มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เมื่อกำจัดอวิชชาและตัณหาได้แล้ว ก็เกิดความเบื่อหน่าย คลายความกำหนัด ไม่ยึดมั่นถือมั่นในอหังการและมมังการอีกต่อไป เมื่อสรรพสัตว์หลุดพ้นจากสังขารทั้งปวงได้โดยสิ้นเชิงแล้ว การเวียนเกิดเวียนตายในสงสารก็จักไม่มีอีกต่อไป

---

[๒๐] สํ. นิ. (ไทย) ๑๖ / ๑๒๔ / ๒๑๖., (บาลี) ๑๖ / ๑๒๔ / ๑๗๐.

[๒๑] สํ. นิ. (ไทย) ๑๖ / ๑๔๓ / ๒๓๐., (บาลี) ๑๖ / ๑๔๓ / ๑๘๓.

๒.๒.๑.๒ การระลึกชาติกับกฎแห่งกรรม

การระลึกชาติ มีความสัมพันธ์กับกฎแห่งกรรม ก็เพราะว่า การระลึกชาตินั้นเป็นสิ่งยืนยันในเรื่องของกฎแห่งกรรม ซึ่งหมายความว่าเป็นสิ่งอธิบายให้รู้ว่า ผู้ที่ทำกรรม ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วจะต้องรับผลแห่งกรรมที่ตนเองกระทำ จึงต้องมีการเวียนว่ายตายเกิด ตามกระแสแห่งกรรมที่ตนเองกระทำ ดังนั้น กฎแห่งกรรม จึงมีความสัมพันธ์กับการเวียนว่ายตายเกิด และโยงถึงการระลึกชาติ คือการระลึกถึงการเวียนว่ายตายเกิดของตนและผู้อื่นในสังสารวัฏที่เป็นไปตามกฎแห่งกรรมนั่นเอง

ก. ความหมายของกรรม

กรรม ตามความหมายของศัพท์แปลว่า การงาน หรือ การกระทำ แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้น หมายถึง การกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา หรือ การกระทำที่ประกอบด้วยความจงใจ ถ้าเป็นการกระทำที่ไม่มีเจตนา ก็ไม่เรียกว่าเป็นกรรม ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เจตนานั่นเองเราเรียกว่า กรรม บุคคลจงใจแล้วจึงกระทำ ด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ”[๒๒]

ตามพระพุทธพจน์นี้แสดงให้เห็นว่า การกระทำที่จัดเป็นกรรมนั้น จะต้องเป็นการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนาหรือความจงใจ การกระทำใดเกิดขึ้นหรือกระทำลงไปโดยปราศจากเจตนา ไม่จัดเป็นกรรม ทั้งนี้จึงไม่รวมถึงการกระทำที่เกิดขึ้นโดยความประมาทหรือปราศจากสติ เพราะการกระทำที่เกิดขึ้นโดยความประมาทนั้น แม้จะไม่มีเจตนาโดยตรงก็สงเคราะห์เข้าในเจตนาโดยอ้อม เพราะเป็นการกระทำที่ขาดการใช้สติพิจารณาอย่างรอบคอบ ยังคงจัดเป็นกรรม เรียกว่า กตัตตากรรม คือกรรมสักว่ากระทำ เป็นกรรมที่มีกำลังอ่อน จะส่งผลแก่ผู้กระทำก็ต่อเมื่อไม่มีกรรมอื่นที่มีกำลังแรงกว่าให้ผลแล้วเท่านั้น

การกระทำที่ประกอบด้วยเจตนา หรือ ความจงใจที่จัดเป็นกรรมเกิดได้ ๓ ทาง[๒๓] หรือพฤติกรรม ๓ ประเภท คือ

---

[๒๒] **องฺ.ฉกฺก.** (ไทย) ๒๒ / ๓๓๔ / ๔๖๓.

[๒๓] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๖๔ / ๕๖., (บาลี) ๑๓ / ๖๔ / ๔๓

๑) **กายกรรม** ได้แก่ พฤติกรรมทั้งหลายที่แสดงออกทางกาย

๒) **วจีกรรม** ได้แก่ พฤติกรรมทั้งหลายที่แสดงออกทางวาจา โดยคำพูดหรือทางการสื่อสาร

๓) **มโนกรรม** ได้แก่ ความนึกคิดที่อยู่ภายในจิตใจหรือการกระทำทางใจ

และในกรรมทั้ง ๓ ประเภท มโนกรรม จัดเป็นกรรมที่สำคัญที่สุดเพราะเป็นพื้นฐานเป็นหัวใจของกรรมอื่น ๆ ทั้งทางกายกรรมและวจีกรรม เพราะเหตุว่าคนเรานั้นต้องคิดก่อนแล้วจึงทำ หรือเมื่อคิดแล้วจึงแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทั้งทางกายและวาจา

การกระทำทางกายและทางวาจา ที่จัดเป็นกรรมจะต้องมีใจเข้าไปประกอบด้วยเสมอไป นั่นก็คือ ต้องมีเจตนาในการกระทำ ส่วนการกระทำทางใจนั้น ลำพังความจงใจทางใจอย่างเดียวก็จัดเป็นกรรมได้ ที่เรียกว่ามโนกรรม

และคำว่า **"มโนกรรม"** หมายรวมถึงความเชื่อ ความเห็น และค่านิยมต่าง ๆ ซึ่งเรียกโดยรวมว่า "ทิฏฐิ" มโนกรรมหรือทิฏฐินี้จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมทั่ว ๆ ไปของบุคคล กำหนดความเป็นไปในชีวิตและคติขิงสังคม เมื่อบุคคลเชื่อ เห็น หรือนิยมอย่างไร ก็จะคิด การพูดจะทำไปตามที่เชื่อที่เห็นที่นิยมนั้น ถ้าเป็นมิจฉาทิฏฐิ (เป็นมโนกรรมที่เป็นมโนทุจริต) การคิด การพูด การทำของบุคคล ก็จะดำเนินไปในทางที่ผิด ถ้าเป็นสัมมาทิฏฐิ (เป็นมโนกรรมที่เป็นมโนสุจริต) การคิด การพูด การทำของบุคคล ก็จะเป็นไปในทางที่ถูกที่ชอบ

ข. ลักษณะของกรรม

พระพุทธศาสนา ได้สอนหลักของความจริงไว้ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นสังขารที่มีวิญญาณครองหรือไม่มีวิญญาณครอง คือไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์ หรือสิ่งของทั้งมวลทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม จะเป็นวัตถุหรือเป็นเรื่องของจิตใจก็ตามแต่ เป็นเรื่องของปัจจัยสัมพันธ์ คือเมื่อมีเหตุปัจจัยอย่างนั้น ๆ แล้ว ก็จะมีความเป็นไปอย่างนั้น ๆ ย่อมเป็นไปตามอำนาจกฎของธรรมชาติที่เป็นกฎใหญ่ควบคุมกฎต่าง ๆ

กฎแห่งกรรม ก็เป็นกฎย่อยกฎหนึ่งในกฎแห่งธรรมชาติ ที่ให้ผลแน่นอนตามเหตุปัจจัยที่กระทำลงไป การให้ผลแน่นอน หรือการปฏิบัติการสมตามปัจจัยสัมพันธ์ที่ลงตัวไม่แปรเป็นอื่น ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า นิยาม คือความแน่นอน เป็นไปตามกฎธรรมชาติ พระพุทธศาสนาได้จำแนกกฎธรรมชาติออกเป็นนิยาม ๕ อย่าง คือ

๑) **อุตุนิยาม** ได้แก่ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับปรากฏการณ์ฝ่ายวัตถุ ความเป็นไปของธรรมชาติแวดล้อมและความเปลี่ยนแปลงทางวัตถุ ที่เนื่องด้วยความร้อนหรืออุณหภูมิ

๒) **พีชนิยาม** ได้แก่ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ หรือพันธุกรรมของพืช ที่มีหลักความจริงว่าหว่านพืชเช่นใดก็ให้ผลเช่นนั้น

๓) **จิตตนิยาม** ได้แก่ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับการทำงานของจิต เช่น เมื่ออารมณ์ (สิ่งเร้า) กระทบประสาท จะมีการรับรู้เกิดขึ้น

๔) **กรรมนิยาม** ได้แก่ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับกระบวนการกระทำและการให้ผลของการกระทำ เช่น ทำกรรมดี มีผลดี ทำกรรมชั่ว มีผลชั่ว หรือเรียกว่ากฎแห่งกรรมนั่นเอง

๕) **ธรรมนิยาม** ได้แก่ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับความสัมพันธ์และอาการที่เป็นเหตุเป็นผลแก่กันของสิ่งทั้งหลาย ที่เป็นไปตามธรรมดา เช่น สิ่งทั้งหลายมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเป็นธรรมดา[๒๔]

ดังนั้น กฎแห่งกรรม จึงเป็นนิยาม มีความเป็นไปแน่นอน เมื่อทำกรรมใดลงไป กรรมนั้นย่อมส่งผลลัพธ์เหมาะสมกับสาเหตุ ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือชั่ว ผลที่ตามมาก็ต้องดีหรือชั่วเหมาะสมกับสาเหตุไปด้วย กระบวนการสาเหตุและผลของกรรมเป็นเช่นนี้

ในอังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต พระพุทธเจ้าได้ทรงจำแนกลักษณะของกรรมและผลของกรรมเทียบด้วยสีเป็น ๔ ลักษณะ[๒๕] คือ

๑. กรรมดำมีวิบากดำ

๒. กรรมขาวมีวิบากขาว

---

[๒๔] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๓๒), หน้า ๑๕๒–๑๕๓.

[๒๕] **องฺ.จตุกฺก.** (ไทย) ๒๑ / ๒๓๓ / ๓๑๔., (บาลี) ๒๑ / ๒๓๓ / ๒๕๘.

๓. กรรมทั้งดำและขาวมีวิบากทั้งดำและขาว

๔. กรรมไม่ดำไม่ขาวมีวิบากไม่ดำไม่ขาว

กรรมทั้ง ๔ นี้ หมายถึงการกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจ ซึ่งผู้กระทำมีความมุ่งหมายที่จะสร้างความลำบากโดยการเบียดเบียน หรือประทุษร้ายต่อชีวิตสัตว์อื่น การกระทำที่เป็นอกุศลเช่นการฆ่าสัตว์ การฆ่าคน การลักทรัพย์ และการประพฤติผิดในกาม เป็นต้น เหล่านี้ เรียกว่า กรรมดำ (หรือกรรมชั่ว) ผลจากการกระทำกรรมดำย่อมให้ผลดำคือ ความทุกข์

กรรมขาว หมายถึง กุศลกรรม หรือการกระทำที่ดีทางกาย วาจา ใจ ตามหลักกฎแห่งกรรมที่ว่า เหตุอย่างไรย่อมให้ผลอย่างนั้น เมื่อบุคคลกระทำกุศลกรรม หรือกรรมขาว ผลที่ได้รับคือความสุข เรียกว่า ผลขาวซึ่งตรงกันข้ามกับกรรมดำทุกประการ พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงกรรมขาวให้ผลขาวไว้ตอนหนึ่งว่า

> "ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็กรรมขาวมีวิบากขาวเป็นไฉน บุคคลบางคนในโลกนี้ย่อมปรุงแต่งกายสังขาร...วจีสังขาร...มโนสังขารอันไม่มีความเบียดเบียน ครั้นแล้วย่อมเข้าถึงโลกที่ไม่มีความเบียดเบียน ผัสสะอันไม่มีความเบียดเบียนย่อมถูกต้องบุคคลนั้น ผู้เข้าถึงโลกที่ไม่มีความเบียดเบียน เขาอันผัสสะที่ไม่มีความเบียดเบียนถูกต้องแล้ว ย่อมได้เสวยเวทนาอันไม่มีความเบียดเบียนเป็นสุขโดยส่วนเดียว เปรียบเหมือนเทพชั้นสุภกิณหะ นี้เราเรียกว่ากรรมขาวมีวิบากขาว"[๒๖]

ลักษณะของกรรมทั้งดำทั้งขาว ให้ผลทั้งดำทั้งขาว กรรมลักษณะนี้เป็นการปะปนกันของกรรมดีและกรรมชั่ว ผู้กระทำกรรมนี้ย่อมจะต้องได้รับทั้งผลของกรรมดีและผลของกรรมชั่ว คือได้รับทั้งความสุขและความทุกข์ปนเปกันไปดังเช่นที่เรากำลังได้รับกันอยู่ทุกวันนี้ เปรียบกรรมดีดุจน้ำมันและกรรมชั่วดุจน้ำ น้ำมันกับน้ำปนเปอยู่ในภาชนะเดียวกันได้ฉันใด กรรมขาวกับกรรมดำหรือผลของกรรมขาวกับผลของกรรมดำก็ปนเปกันไปได้ฉันนั้น

ตามทัศนะนี้แสดงว่า ถ้ากรรมดีและกรรมชั่วได้กระทำพร้อม ๆ กัน ความสุขและความทุกข์ซึ่งเป็นผลของการกระทำดังกล่าวก็จะเกิดผลขึ้นพร้อม ๆ กัน คำว่าพร้อมกันในที่นี้หมาย

---

[๒๖] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๘๑ / ๗๙.,(บาลี) ๑๓ / ๘๑ / ๕๗.

ถึงในระยะเดียวกัน คือในระยะใดระยะหนึ่งของชีวิตหรือในชีวิตหนึ่งทั้งชีวิต ไม่ใช่หมายถึงในขณะจิตเดียวกัน เพราะจิตจะเสวยอารมณ์สองอารมณ์ คือ เสวยทั้งความสุขและความทุกข์ในขณะจิตเดียวกันไม่ได้ เพราะจิตสามารถรับอารมณ์ในขณะหนึ่งได้เพียงอารมณ์เดียวเท่านั้น

อนึ่ง ในชีวิตจริงของมนุษย์นั้น ความสุขและความทุกข์จะต้องเกิดขึ้นตามลำดับกัน ความสุขย่อมเกิดขึ้นต่อจากความทุกข์ และความทุกข์ก็ย่อมเกิดขึ้นต่อจากความสุข บุคคลทั้งหลายเมื่อกระทำกรรมทางกายวาจาและใจ เป็นกุศลบ้างอกุศลบ้าง ก็แน่นอนว่าเขาจะต้องได้รับทั้งผลของกุศลกรรมและอกุศลกรรม คือจะต้องได้รับทั้งความสุขและความทุกข์ปนเปกันไป ทั้งในชาตินี้และชาติต่อ ๆ ไป ดังพระพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า "บุคคลบางคนในโลกนี้กระทำกรรมทางกาย ทางวาจา และทางใจ อันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนผู้อื่นบ้าง ไม่เบียดเบียนผู้อื่นบ้าง เมื่อสิ้นชีวิตไปแล้ว เขาก็จะเข้าไปสู่โลกที่มีการเบียดเบียนบ้าง ไม่มีการเบียดเบียนบ้าง ณ สถานที่นี้เขาก็จะเกลื่อนกล่นไปด้วยทั้งทุกข์และสุข ดังเช่นมนุษย์ทั้งหลาย เทวดาบางพวก และวินิบาตบางพวก"[๒๗]

ลักษณะของกรรมที่ ๔ นี้คือ กรรมไม่ดำไม่ขาว ให้ผลไม่ดำไม่ขาว และเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม กล่าวคือ เมื่อบุคคลกระทำกรรมไม่ดำไม่ขาวนี้แล้ว ก็จะทำให้กรรมดำหรือกรรมขาวหมดอำนาจสิ้นสุดลงไม่สามารถจะให้ผลได้ ดังนั้น กรรมไม่ดำไม่ขาว จึงหมายถึงกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดสุขหรือทุกข์ หรือทั้งสุขและทุกข์ เพราะฉะนั้นจึงไม่อาจตัดสินได้ว่ากรรมประเภทนี้ เป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว หรือกรรมทั้งดีและชั่ว กรรมไม่ดำไม่ขาวเป็นกรรมที่จะนำไปสู่สภาวะซึ่งอยู่เหนือทั้งสุขและทุกข์อันเป็นสภาวะที่ดับหมดสิ้นแล้วซึ่งกรรมทั้งปวงที่เรียกกันว่า นิพพาน

อย่างไรก็ตาม แม้ว่ากรรมไม่ดำไม่ขาวจะเป็นกรรมที่สามารถทำให้บุคคลหลุดพ้นจากอำนาจของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารได้ แต่กรรมประเภทนี้ไม่ถือว่าเป็นกรรมสำหรับพระอรหันต์ผู้บรรลุความหลุดพ้นแล้ว พระอรหันต์เป็นผู้ที่ได้กระทำตนให้หมดสิ้นแล้วซึ่งกิเลสอย่างสิ้นเชิง เพราะฉะนั้นการกระทำใด ๆ ของพระอรหันต์ จึงเรียกว่ากิริยาไม่ใช่กรรม เพราะการกระทำของพระอรหันต์อยู่เหนือบุญและบาป ดังนั้น พระอรหันต์จึงไม่ชื่อว่าทำกรรม และไม่ต้องรับผลของกรรมแต่อย่างใด

---

[๒๗] **องฺ.จตุกฺก.** (ไทย) ๒๑ เพิ่งอ้าง, หน้าเดียวกัน.,(บาลี) ๒๑ / ๒๓๓ / ๒๕๙.

ในอังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต พระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงลักษณะของกรรมไม่ดำไม่ขาวไว้ว่า

"ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็กรรมไม่ดำไม่ขาวมีวิบากไม่ดำไม่ขาว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรมเป็นไฉน เจตนาใดเพื่อละกรรมดำอันมีวิบากดำ ในบรรดากรรมเหล่านั้นก็ดี เจตนาใดเพื่อละกรรมขาวอันมีวิบากขาวก็ดี เจตนาใดเพื่อละกรรมทั้งดำทั้งขาวมีวิบากทั้งดำทั้งขาวก็ดี นี้เราเรียกว่ากรรมไม่ดำไม่ขาว มีวิบากไม่ดำไม่ขาว ย่อมเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม ดูกรภิกษุทั้งหลาย กรรม ๔ ประการนี้แล เรากระทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้วประกาศให้ทราบ"[๒๘]

และในอังคุตตรนิกายนั้นเอง พระพุทธเจ้าทรงชี้ไปยังอริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นหลักปฏิบัติซึ่งจะนำไปสู่ความดับทุกข์และนิพพาน[๒๙]และบางครั้งก็ทรงชี้ไปที่โพชฌงค์ ๗ อันเป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ ๑. สติ ความระลึกได้ ๒. ธัมมวิจยะ ความสอดส่องส่องสืบค้นธรรม ๓. วิริยะ ความเพียร ๔. ปีติ ความอิ่มใจ ๕. ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ ๖. สมาธิ ความมีใจตั้งมั่น ๗. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามความเป็นจริง ว่าเป็นกรรมไม่ดำไม่ขาว

อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือโพชฌงค์ ๗ นี้ เมื่อบุคคลใดเจริญโดยครบบริบูรณ์แล้ว ก็จะนำบุคคลนั้นไปสู่สู่ความหลุดพ้นที่เรียกว่านิพพานอันเป็นสภาวะที่อยู่เหนือความสุขและทุกข์ทั้งหลาย กรรมดำและกรรมขาวหรือกรรมดีและกรรมชั่ว จะนำไปสู่การเกิดขึ้นของกรรมใหม่หรือการกระทำโดยไม่สิ้นสุด เมื่อบุคคลใดกระทำกุศลหรืออกุศลกรรมใด ผลของกรรมดีหรือกรรมชั่วก็จะเกิดขึ้นในการเสวยผลของกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมนั้น ความทะยานอยาก หรือความยึดมั่น ก็จะเกิดขึ้นในจิตของผู้เสวยกรรมนั้น และเนื่องจากมีความทะยานอยากและความยึดมั่น เขาก็จะกระทำกรรมอีกและเพราะเขาทำกรรมอีก ผลแห่งกรรมที่เขากระทำก็จะเกิดขึ้นอีก ในขณะที่เขาเสวยสุขหรือทุกข์อยู่นั้น ความทะยานอยากหรือความยึดมั่นใหม่ก็จะเกิดขึ้นอีก เขาก็จะกระทำกรรมอีกหมุนเวียนเรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด

---

[๒๘] **องฺ.จตุกฺก.** (ไทย) ๒๑ / ๒๓๓ / ๒๖๖.,(บาลี) เพิ่งอ้าง, หน้าเดียวกัน.

[๒๙] **องฺ.จตุกฺก.** (ไทย) ๒๑ / ๒๓๘ / ๒๗๐., (บาลี) ๒๑ / ๒๓๘ / ๒๖๔.

ค. ประเภทของกรรม

ในวิสุทธิมรรคตอนที่ว่าด้วยกังขาวิตรณนิเทศ[๓๐]นั้นเอง พระพุทธโฆสาจารย์ได้กล่าวถึงกรรม ๑๒ หรือประเภทของกรรม ๑๒ เพื่อเป็นการอธิบายกรรม ๔ ประเภทในพระสูตร โดยได้แบ่งออกเป็นกรรมชนิดต่าง ๆ ดังนี้

๑) กรรมที่แบ่งตามเวลาการให้ผล

๒) กรรมที่แบ่งตามกำลังที่ให้ผล

๓) กรรมที่แบ่งตามหน้าที่การให้ผล

กรรมที่แบ่งตามเวลาการให้ผล แบ่งออกเป็น ๔ ชนิด คือ

๑. ทิฏฐธรรมเวทนียกรรม	กรรมให้ผลในภพนี้
๒. อุปัชชเวทนียกรรม	กรรมให้ผลในชาติหน้าถัดจากชาตินี้
๓. อปราปริยเวทนียกรรม	กรรมให้ผลในชาติต่อ ๆ ไป ถัดจากชาติหน้า
๔. อโหสิกรรม	กรรมที่ให้ผลเสร็จสิ้นแล้ว

กรรมที่แบ่งตามกำลังที่ให้ผล แบ่งออกเป็น ๔ ชนิด คือ

๑. ครุกรรม	กรรมหนัก
๒. อาสันนกรรม	กรรมจวนเจียนหรือกรรมใกล้ตาย
๓. อาจิณกรรม	กรรมที่กระทำอยู่เสมอ
๔. กตัตตากรรม	กรรมสักแต่ว่าทำ

กรรมที่แบ่งตามหน้าที่การให้ผล แบ่งออกเป็น ๔ ชนิด คือ

๑. ชนกกรรม	กรรมนำไปเกิด
๒. อุปัตถัมภกกรรม	กรรมสนับสนุนชนกกรรม
๓. อุปปีฬกกรรม	กรรมบีบคั้น
๔. อุปฆาตกรรม	กรรมตัดรอน

---

[๓๐] วิสุทฺธิมคฺค. ๓ / ๒๒๓.

อย่างไรก็ตาม กรรม ๑๒ ประเภท ตามที่พระพุทธโฆสาจารย์ได้กล่าวไว้ในวิสุทธิมรรคนั้น ก็เป็นการอธิบายให้เห็นถึงกรรมแต่ละประเภทว่ามีความหมายอย่างไร โดยได้แบ่งประเภทตามกลุ่มกรรมที่ให้ผล ซึ่งกลุ่มกรรมดังกล่าวนั้น ถูกแบ่งออกเป็น ๓ กลุ่ม ในแต่ละกลุ่มแบ่งออกเป็น ๔ ชนิด ในแต่ละชนิดจะให้ผลตามกำลังของกรรมที่ได้ทำไว้ ส่วนรายละเอียดของการให้ผลของกรรมจะได้กล่าวถึงเป็นลำดับ

ง. การให้ผลของกรรม

การให้ผลของกรรมนั้น มีการจำแนกออกเป็นประเภทต่าง ๆ ได้ ๑๒ ประเภท ซึ่งแบ่งเป็น ๓ กลุ่ม ๆ ละ ๔ ชนิด ดังนี้

๑) กรรมให้ผลตามเวลา

๑. **ทิฏฐเวทนียกรรม** คือกรรมที่ให้ผลในภพที่ทำนี้เท่านั้น ถ้าให้ผลไม่ทันในภพนี้ ตัวตายไปเสียก่อน กรรมก็เลิกให้ผล

๒. **อุปปัชเวทนียกรรม** คือกรรมที่จะให้ผลเมื่อผู้ทำตายจากชาตินี้ไปแล้ว ไปเกิดอีกชาติหนึ่ง ถ้ายังไม่ตายก็ไม่ให้ผล

๓. **อปราปรเวทนียกรรม** คือกรรมที่จะให้ผลในภพถัดจากหน้าไป

๔. **อโหสิกรรม** คือกรรมที่หมดโอกาสให้ผลแล้ว เนื่องจากเจ้าของกรรม ได้เปลี่ยนไปอย่างใหญ่หลวง จนกรรมนั้นให้ผลไม่ได้แล้ว เช่น บุคคลหนึ่ง เรียนหนังสือเก่ง มีหวังว่าออกจากโรงเรียนไปแล้วจะได้เป็นใหญ่เป็นโต แต่เขาเกิดไปฆ่าคนตาย ได้รับโทษติดคุกตลอดชีวิต กรรมที่ดีที่ได้เรียนหนังสือไว้ก็หมดโอกาสที่จะให้ผลคือช่วยให้เขาเป็นใหญ่เป็นโตไม่ได้ นี้จัดเป็นอโหสิกรรม หรืออย่างเช่นพระองคุลีมาล เดิมเป็นคนฆ่าคนมามากมาย พอมาพบพระพุทธเจ้าได้ฟังธรรมแล้วสิ้นกิเลสไม่กลับเวียนมาเกิดอีกแล้ว กรรมที่ฆ่าคนตายก็หมดโอกาสที่จะให้ผล เป็นอโหสิกรรม

๒) กรรมให้ผลตามกำลัง

๑. **ครุกรรม** คือกรรมที่หนักมาก สามารถที่จะผลแก่บุคคลผู้เป็นเจ้าของกรรมในชาติที่ ๒ คือชาติหน้า กรรมอื่น ๆ ไม่มีอำนาจที่จะสามารถกางกั้นการให้ผลของครุกรรมนี้ได้

กรรมหนักข้างฝ่ายดี ได้แก่ บุคคลที่เจริญสมาธิจนบรรลุฌาน วิปัสสนา และมรรคผลนิพพาน กรรมหนักข้างฝ่ายชั่ว ได้แก่ อนันตริยกรรม ๕ คือ ๑. ฆ่ามารดา ๒. ฆ่าบิดา ๓. ฆ่าพระอรหันต์ ๔. ทำร้ายพระพุทธ-เจ้าให้พระโลหิตห้อขึ้น ๕. ทำให้สงฆ์ผู้สามัคคีกันแตกจากกัน

๒. **อาจิณณกรรม** หรือ พหุลกรรม คือกรรมที่กระทำจนเคยชิน จนติดเป็นนิสัย หรือ กรรมที่ทำสม่ำเสมอ ทำบ่อย ๆ กรรมนี้ มีผลยั่งยืนมาก ในส่วนของกรรมดี เช่น การไหว้พระสวดมนต์ การทำบุญตักบาตรเป็นประจำ เป็นต้น ในส่วนของกรรมชั่ว เช่น พูดปดจนเป็นนิสัย หรือ ลักเล็กขโมยน้อย กรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ นี้แหละ ถ้าทำมาก ๆ ทำเสมอ ๆ ก็เป็นกรรมที่มีน้ำหนักเมื่อสิ้นชีพแล้ว ถ้าผู้กระทำกรรมไม่มีครุกรรมเลย อาจิณณกรรมก็ให้ผลก่อน

๓. **อาสันนกรรม** คือกรรมที่บุคคลกระทำเมื่อจวนสิ้นชีวิต มีอำนาจทำให้ผู้กระทำไปสู่สุคติและทุคติได้ ในทางที่ดี เช่น เขาเคยให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา เป็นต้น ในขณะที่เขาจวนจะสิ้นชีวิต เขาได้ระลึกถึงกรรมที่เขาได้กระทำไว้และเขาได้ตายลง กรรมย่อมส่งผลให้เขาไปเกิดในกำเนิดที่ดี มีสวรรค์เป็นต้น ในทางที่ชั่ว เช่น เขาเคยฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม เป็นต้น ในขณะที่จวนจะสิ้นชีวิต เขาได้ระลึกถึงกรรมชั่วที่เขาได้เคยกระทำไว้ และเขาได้ตายลง กรรมย่อมส่งให้เขาไปเกิดในกำเนิดที่ชั่ว มีนรก เป็นต้น

๔. **กตัตตากรรม** คือกรรมที่สักแต่ว่าทำ ได้แก่กรรมทำด้วยเจตนาอันอ่อน หรือ มิได้มีเจตนาอย่างนั้นโดยตรง ในทางที่ดี เช่น คนที่รับศีล เห็นเขารับศีลก็รับไปอย่างนั้นเอง ไม่ได้ตั้งใจรับศีล จริง ๆ กราบพระก็กราบไปกับเขาอย่างนั้นเอง ไม่ได้นอบน้อมด้วยใจจริง เป็นต้น ในทางที่ชั่ว เช่น เขาซ้อมยิงปืน แต่พลาดไปถูกคนเข้า เป็นต้น กตัตตากรรมนี้ เป็นกรรมที่เบาที่สุด ต่อเมื่อไม่มีกรรมสามอย่างข้างต้นจะให้ผล กตัตตากรรม จึงจะให้ผลได้

๓) กรรมให้ผลตามหน้าที่

๑. **ชนกกรรม** คือกรรมที่ก่อให้เกิด หรือกรรมที่ส่งให้ไปเกิดในภพต่าง ๆ ทั้งภพที่ดีและภพที่ชั่ว เปรียบเสมือนมารดาที่ให้กำเนิดทารก

๒. **อุปัตถัมภกกรรม** คือกรรมที่ช่วยอุปถัมภ์ค้ำชูสัตว์ทั้งหลายที่ไปเกิดในภูมิต่าง ๆ ให้ได้รับความทุกข์และความสุขตามสมควรแห่งกรรมของตน เปรียบเสมือนพี่เลี้ยงนางนม

๓. **อุปปีฬกกรรม** คือกรรมที่ทำหน้าที่เบียดเบียนซึ่งสุขและทุกข์อันกรรมอื่นให้บังเกิดอันกรรมอื่นให้อุบัติ ทำให้ผลของกรรมอื่นอ่อนลง

๔. **อุปฆาตกรรม** คือกรรมตัดรอน เป็นกรรมที่ตัดรอนจากหน้ามือเป็นหลังมือ เช่นเดิม ชนกกรรมฝ่ายดีแต่งให้เกิดเป็นมหาเศรษฐี แต่เมื่ออุปฆาตกรรมส่งผลให้เป็นขอทานหรือตายลงไปทันที และถ้าชนกกรรมฝ่ายชั่วแต่งให้เกิดเป็นยาจกขอทาน แต่เมื่ออุปฆาตกรรมส่งผลให้เป็นพระราชาหรือมหาเศรษฐีไปทันทีก็มี

หลักกรรม หรือ กฎแห่งกรรม มีอยู่ว่า "บุคคลทำกรรมใดไว้ ดีก็ตามชั่วก็ตาม เขาย่อมต้องรับผลแห่งกรรมนั้น" แต่เนื่องจากกรรมบางอย่างหรือการกระทำบางคราว ไม่มีผลปรากฏชัดในทันที ผู้มีปัญญาน้อยจึงมองไม่เห็นผลแห่งกรรมของตน ทำให้สับสนและเข้าใจไขว้เขว เพราะว่าบางทีกำลังทำชั่วอยู่แท้ ๆ มีผลดีมากมาย เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หลั่งไหลเข้ามาในชีวิตตรงกันข้าม บางคราว กำลังทำความดีอยู่อย่างมโหฬาร แต่กลับได้รับความทุกข์ทรมานต่าง ๆ มีผลไม่ดีมากมาย เช่น ความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทาว่าร้าย ถูกสบประมาท และความเจ็บไข้ได้ป่วยหลั่งไหลเข้ามาในชีวิต ความสลับซับซ้อนดังกล่าว ทำให้ผู้รับผลของกรรมเกิดความสับสน เกิดความไม่แน่ใจว่า สิ่งที่ตนทำนั้นเป็นความชั่วจริง ๆ หรือ เป็นความดีจริง ๆ

อย่างไรก็ตาม หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนายังได้กล่าวว่า ตราบใดที่บุคคลยังมีกิเลสอยู่ เขาย่อมจะกระทำกรรมดีและชั่ว กรรมดีย่อมให้ผลดี กรรมชั่วย่อมให้ผลชั่ว ผลดี ย่อมทำให้เกิดความสุข ผลชั่ว ย่อมทำให้เกิดความทุกข์ และตราบใดที่บุคคลยังทำกรรมอยู่ กรรม (กมฺมพนฺธุ) ย่อมส่งผลให้เขาไปเกิดในชาติภพต่อๆ ไป การเกิดจะเป็นฐานรองรับการเสวยผลกรรมของสัตว์และบุคคลที่ได้เคยกระทำกรรมไว้ จากการที่ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายวนเวียนท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏเป็นเวลายาวนานเช่นนี้ การให้ผลของกรรม (ทั้ง ๑๒ ประเภท) จึงมีความสลับซับซ้อน อีกทั้งในเรื่องการให้ผลตามเวลา การให้ผลตามกำลังของกรรมและการให้ผลตามหน้าที่นี้ จึงอาจเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้คนส่วนใหญ่เข้าใจและมองเรื่องของกรรมไม่ตรงกับความเป็นจริง

เรื่องกรรมเป็นเรื่องใหญ่ มีความสำคัญยิ่งและมีความซับซ้อนมาก ในคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึงกฎแห่งกรรมที่ว่า "ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" จึงมีทั้งผู้ยอมรับและปฏิเสธ ผู้ที่ยอมรับเรื่องกฎแห่งกรรมย่อมจะเป็นผู้ที่ศึกษาเรื่องกรรมในทางพระพุทธศาสนาอย่างละเอียด จนกระทั่งมีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย ส่วนผู้ที่ปฏิเสธนั้นมีลักษณะตรงกันข้าม เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้ทำให้เขาไม่เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม เช่น เขาได้เห็นในระยะเวลาสั้นๆเพียงช่วงหนึ่งว่า บุคคลทำกรรมชั่วมากมายกลับได้รับผลดี มีทรัพย์ มีชื่อเสียง มีลาภ มียศ และมีความสุข ส่วนบุคคลที่ทำกรรมดีกลับได้รับผลชั่วร้ายตอบแทน มีการสูญเสียทรัพย์ เสื่อมยศ ถูกนินทาว่าร้าย ถูก

สบประมาท เกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย มีความทุกข์แสนสาหัส เป็นต้น แต่ถ้าเขาได้ศึกษาเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนาอย่างละเอียดดีแล้ว ย่อมจะเข้าใจในกฎแห่งกรรมและมองเห็นเหตุและผลในเรื่องนั้นๆ ได้อย่างชัดเจน

จ. ตัวอย่างกรรมและการให้ผลของกรรม

เพื่อให้เห็นกฎแห่งกรรม ผู้วิจัยจะขอยกตัวอย่างเรื่องคนทำกรรมแล้วได้รับผลกรรม มาเสนอพอเป็นตัวอย่าง โดยจะยกข้อความที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และเรื่องที่ปรากฏในหลักฐาน อื่น ๆ รวมที่เรื่องที่บอกเล่าสืบ ๆ กันมาเป็นบางเรื่อง ดังนี้

ในมหากัมมวิภังคสูตร มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์[๓๑] พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องกรรมและผลของกรรมแก่พระอานนท์ไว้ดังนี้

๑. ผู้ทำชั่วทั้งทางกาย วาจา และใจ ตายแล้วไปนรกก็มี เพราะบุคคลพวกนี้ได้ทำกรรมชั่วต่อเนื่องกันมาตั้งแต่อดีตชาติ จนถึงชาติปัจจุบัน

๒. ผู้ทำชั่วทั้งทางกาย วาจา และใจ ตายแล้วไปเกิดในสวรรค์ก็มี เพราะพวกนี้ทำกุศลกรรมไว้มากมายในชาติก่อน ๆ กุศลกรรมนั้นยังมีแรงให้ผลอยู่ ส่วนกรรมชั่วที่เขาทำใหม่ยังไม่ทันให้ผล

๓. ผู้ทำสุจริตทั้งทางกาย วาจา และใจ เมื่อตายไปแล้วไปเกิดในสวรรค์ก็มี เพราะบุคคลพวกนี้ ทำความดีติดต่อกันมาตั้งแต่อดีตชาติ จนถึงปัจจุบัน

๔. ผู้ทำสุจริตทั้งทางกาย วาจา และใจ ตายแล้วไปนรกก็มี เพราะพวกนี้ได้ทำชั่วไว้มากในชาติก่อน ๆ อกุศลกรรมนั้นยังมีแรงให้ผลอยู่ กุศลกรรมที่เขาทำใหม่ยังไม่มีโอกาสให้ผล

ในจูฬกัมมวิภังคสูตร สุภมาณพโตเทยยบุตร ได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าถึงที่ประทับ ณ ที่วัดพระเชตวัน แขวงกรุงสาวัตถี โดยทูลถามพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับปัจจัยแห่งความแตกต่างของมนุษย์ว่า

"ท่านพระโคดม อะไรหนอ เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้มนุษย์ทั้งหลายที่เกิดเป็นมนุษย์ปรากฏเป็นคนเลวและคนดี"

---

[๓๑] **ม.อุ.** (ไทย) ๑๔ / ๓๐๐ / ๓๖๐.,(บาลี) ๑๔ / ๓๐๐ / ๒๗๐.

พระพุทธเจ้าตรัสว่า "มาณพ สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลวและดีต่างกัน"

ต่อจากนั้น สุภมาณพ ได้ขอให้พระพุทธเจ้าอธิบายเพิ่มเติม พระพุทธเจ้าได้ทรงอธิบายเพิ่มเติมอีกหลายประเด็น เป็นต้น ว่า

"มาณพ บุคคลบางคนในโลกนี้ เป็นสตรีก็ตาม เป็นบุรุษก็ตาม เป็นผู้ฆ่าสัตว์ เป็นคนหยาบช้า มีมือเปื้อนเลือด ฝักใฝ่ในการประหัตประหาร ไม่มีความกรุณาในสัตว์ทั้งหลาย เพราะกรรมนั้น ที่เขาให้บริบูรณ์ไว้อย่างนั้น หลังตายแล้ว เขาจึงไปเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาต นรก หลังจากตายแล้ว ถ้าไม่ไปเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาต นรก กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ เขาก็จะเป็นคนอายุสั้น"[๓๒]

ตัวอย่างผู้กระทำกรรมและการสนองผลกรรม

เรื่องที่ ๑ ในครั้งพุทธกาล มีชายคนหนึ่งชื่อจุนทะเป็นคนฆ่าหมูขายเลี้ยงชีพตลอดชีวิต เวลาใกล้จะตาย ป่วยหนักไม่รู้ตัวจึงทรมานด้วยอาการคลานสี่เท้าเหมือนหมู ส่งเสียงร้องเหมือนหมู ทนทุกข์เช่นนั้นอยู่หลายวันจึงตาย [๓๓]

เรื่องที่ ๒ นายพรานผู้เลี้ยงสุนัขชื่อว่าโกกะ เลี้ยงสุนัขไว้ฝูงใหญ่เพื่อไล่ล่าหาเนื้อมาขาย วันหนึ่งแกได้เข้าป่าพร้อมพาสุนัขทั้งหมดไปด้วย บังเอิญวันนั้นระหว่างทางก็พบกับพระภิกษุรูปหนึ่ง ซึ่งกำลังเที่ยวบิณฑบาต แกก็นึกในใจว่าวันนี้พบคนกาลกัณณีเสียแล้ว คงจะไม่ได้อะไรเป็นแน่ ว่าแล้วก็ปล่อยฝูงสุนัขให้ไล่กัดพระภิกษุรูปนั้นทันที ด้วยความกลัวตายท่านก็รีบวิ่งขึ้นต้นไม้ นายพรานก็รีบวิ่งไปที่ใต้ต้นไม้แล้วเอาหอกแทงเท้าของภิกษุที่ยื่นลงมา ท่านไม่ทันระวังทำให้จีวร

---

[๓๒] **ม.อุ.** (ไทย) ๑๔ / ๒๘๙ / ๓๕๐. ,(บาลี) ๑๔ / ๒๘๙ / ๒๖๑.

[๓๓] **ขุ.ธ.อ.** ๑ / ๑๑๖.

หลุดร่วงลงมาคลุมนายพราน พวกสุนัขเข้าใจว่าเป็นพระภิกษุต่างก็รุมกัด จนในที่สุดนายพรานก็สิ้นใจตาย ณ ที่นั้นเอง[๓๔]

เรื่องที่ ๓ มีคนฆ่าโคขายเลี้ยงชีพคนหนึ่ง แกได้ฆ่าโคเพื่อนำเนื้อไปขายอยู่เป็นประจำ โดยจะแบ่งเนื้อส่วนหนึ่งขาย ส่วนหนึ่งเก็บไว้รับประทานเอง เพราะแกเป็นคนที่ชอบรับประทานเนื้อสัตว์ไม่ว่าจะเป็นอาหารเช้า กลางวัน หรือเย็นก็ตาม ถ้าไม่มีเนื้อก็จะไม่ยอมรับประทานอาหาร วันหนึ่งภรรยาได้ขายเนื้อทั้งหมดรวมทั้งส่วนที่เก็บไว้นั้นด้วย พอสามีกลับจากทำธุระมาและทราบเรื่องนั้นแล้ว ก็โกรธจัด พอถึงเวลาอาหารเย็น แกก็เดินถือมีดไปหลังบ้าน ได้ตัดลิ้นโคตัวหนึ่งมาแล้วปิ้งเพื่อจะรับประทาน ขณะที่ตักคำข้าวใส่ปากเท่านั้นเอง ปรากฏว่า ลิ้นของแกก็หลุดออกจากปากตกลงในจานข้าว ได้รับความทุกข์ทรมานและถึงแก่กรรมในที่สุด[๓๕]

จากตัวอย่างในพระสูตรเกี่ยวกับกรรมสนองที่กล่าวมานี้ ได้แสดงให้เห็นว่า การเวียนว่ายตายเกิด กับกรรม มีความสัมพันธ์เชิงเหตุผลเป็นอย่างยิ่ง คนจะเกิดดีหรือชั่วก็ด้วยอำนาจกรรม มีหลักฐานยืนยันในพระสุตตันตปิฎก เนื้อหาของคำสอนเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ก็มาจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ที่ทรงบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณและจุตูปปาตญาณ ในวันที่ทรงตรัสรู้และทรงตรัสสอนแก่พุทธบริษัท

ตามที่ได้เสนอมานี้ พอจะกล่าวได้ว่า สังสารวัฏ หรือ การเวียนว่ายตายเกิดของสรรพสัตว์ เป็นไปด้วยอำนาจกรรมที่ตนได้กระทำ คำสอนเรื่องการระลึกชาติ จึงมีความสัมพันธ์อย่างยิ่งกับหลักคำสอนเรื่องสังสารวัฏและกฎแห่งกรรมที่กล่าวมาแล้ว ถ้าหากไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว ก็ไม่สามารถที่จะเห็นหรือจำระลึกย้อนหลังไปในอดีตชาติหรือนับย้อนหลังไปนับแสน ๆ กัปได้ และถ้าไม่มีกฎแห่งกรรมรองรับ การเวียนว่ายตายเกิดก็เป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้อีกเช่นกัน

ดังนั้น ตราบใดที่เหล่าสรรพสัตว์ยังท่องเที่ยวเวียนเกิดเวียนตายอยู่ในสังสารวัฏอย่างนี้ แน่นอนว่าจะต้องมีผู้ระลึกชาติในอดีตของตนได้ ทั้งนี้ เพราะการเวียนเกิดเวียนตายของเหล่าสรรพสัตว์โดยเฉพาะมนุษย์ที่ยังมีกิเลสอยู่ก็จะต้องเวียนวนอยู่ในห้วงแห่งสังสารวัฏอันไม่มีที่

---

[๓๔] **ขุ.ธ.อ. ๕ / ๒๙.**

[๓๕] **ขุ.ธ.อ. ๗ / ๑.**

สุดและเบื้องต้นปรากฏให้รู้และเห็นได้นี้ การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏนี้ เป็นสภาวะแห่งความจริงขั้นพื้นฐานที่จะทำให้บุคคลสามารถระลึกถึงชาติที่ตนเคยอยู่อาศัยในอดีตได้ ถ้าไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดก็คงจะไม่มีการระลึกชาติเกิดขึ้น

ประการสำคัญ สังสารวัฏ ก็สัมพันธ์กับกฎแห่งกรรมอย่างแยกกันไม่ออก นั่นก็คือ การที่เหล่าสรรพสัตว์ทุกรูปทุกนามต้องท่องเที่ยววนเวียน เกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่ในภพภูมิต่างๆ และเป็นไปอย่างไม่มีวันสิ้นสุดนี้เรียกว่าสังสารวัฏ การเป็นไปอยู่หรือกระบวนแห่งความเป็นไปของสังสารวัฏมีธรรมชาติปรากฏขึ้นด้วยการอิงอาศัยกันและดับไปด้วยเหตุปัจจัยที่ประกอบด้วยองค์ ๓ คือ กิเลส กรรม และวิบาก กิเลสเป็นเหตุให้ทำกรรม เมื่อทำกรรมแล้วก็ก่อให้เกิดวิบากตามมา วิบากก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลสต่อไปอีก เป็นสภาวะหมุนเวียนด้วยความเป็นทั้งเหตุและผลแห่งกันอยู่อย่างนี้ไม่มีวันสิ้นสุด

๒.๒.๒ ลักษณะของการระลึกชาติ

การระลึกชาติที่ค้นพบในพระสุตตันตปิฎก มีหลายลักษณะและองค์ประกอบ ตามที่ปรากฏหลักฐานในพระสุตตันตปิฎก ส่วนใหญ่ พบว่า เป็นผลที่เกิดจากการพัฒนาทางจิต ด้วยสมถะและวิปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมเอง มิได้เป็นความสามารถที่เกิดขึ้นลอย ๆ หรือเกิดขึ้นเอง ลักษณะของการระลึกชาติของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนานั้น เป็นลักษณะที่จะระลึกย้อนหลังไปในอดีตได้ ตั้งแต่หนึ่งชาติไปจนหลาย ๆ ชาติ นับเป็นแสนชาติ ความสามารถในการระลึกชาติได้ของบุคคลก็เปรียบเสมือนความจำบุคคลที่จากบ้านตนเองแล้วไปเที่ยวบ้านอื่นหลาย ๆ บ้านแล้วย้อนกลับมาบ้านเดิมของตน ก็สามารถจำหรือระลึกถึงบ้านและสภาพต่าง ๆ ที่ตนเคยได้ไปมาแล้วได้ ผู้ที่ระลึกชาติได้ ตามทัศนะของพระพุทธศาสนาก็เช่นเดียวกัน ก็จะมีความจำหรือระลึกถึงสภาพต่าง ๆ ของชีวิตของตนที่ผ่านมาในอดีตชาติได้ ข้อแตกต่างระหว่างผู้ที่สามารถระลึกชาติได้ ก็คือ ความสามารถที่จะระลึกชาติได้มากหรือได้น้อยเท่านั้น

การระลึกชาตินี้ ผู้ที่ระลึกได้สามารถที่จะระลึกถึงลักษณะทั่วไปและชีวประวัติของตนในแต่ละภพแต่ละชาติได้อย่างชัดเจนว่า มีชีวิตอยู่อย่างไร มีสุขทุกข์อย่างไร เป็นต้น เพื่อให้เห็นลักษณะอย่างชัดเจน ผู้วิจัยจะแยกออกเป็นประเด็นต่าง ๆ ต่อไปนี้

๒.๒.๒.๑ บุคคลผู้ระลึกชาติได้

บุคคลที่ระลึกชาติได้ หรือชาติสรบุคคลที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก มีมากหลายประเภท มีทั้งมนุษย์ และอมนุษย์ ทั้งบุคคลธรรมดา และสมณพราหมณ์ หรือนักบวชถือเพศบรรพชิต อย่างไรก็ตาม สามารถสรุปได้ ๒ กลุ่ม คือ

๑) บุคคลผู้ที่สามารถระลึกชาติได้เอง หรือทรงจำชาติก่อนของตนได้เอง เช่น กรณีของพระเตมีย์ กรณีของนางปฏิปูชิกา หรือกรณีของเหล่าเทพบุตรเทพธิดาที่เกิดบนสวรรค์ เล่าบุรพกรรมของตนในอดีตแก่พระโมคคัลลานผู้ถามถึงผลบุญที่ตนได้รับเป็นต้น เมื่อเกิดมาก็จำได้ว่า ในอดีตตนเคยเป็นใครในชาติก่อน

๒) บุคคลผู้ที่สามารถระลึกชาติได้ด้วยอำนาจสมาธิจิต กล่าวคือผู้ที่ปฏิบัติสมาธิจนจิตสงบและสามารถบรรลุถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณหรือบรรลุอภิญญา ก็ระลึกชาติได้ เช่น เหล่าฤาษีนักบวชนอกพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้า และเหล่าสาวก ที่บรรลุวิชชา ๓ หรือวิชชา ๖ เป็นต้น ในประเภทหลังนี้ มีตัวอย่างมากมายที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

จากการศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาของการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก จำนวน ๖๓ สูตร ดังที่กล่าวมานั้น พอจะสรุปประเภทของบุคคลที่บำเพ็ญเพียรทางจิตจนบรรลุธรรมพิเศษสามารถระลึกชาติได้นั้น สามารถแยกได้ ๓ ประเภท คือ

๑) การระลึกชาติของพระพุทธเจ้า

จากพระพุทธประวัติจะยืนยันให้ทราบว่า ในการบำเพ็ญเพียรของพระพุทธเจ้าในคืนวันเพ็ญ เดือนวิสาขมาส เมื่อ ๔๕ ปี ก่อนพุทธศักราช หรือประมาณ ๒๕๙๐ ปีมาแล้ว (นับถึงปี พ.ศ. ๒๕๔๕) ณ ภายใต้ควงต้นโพธิ์ (ต้นอัสสัตถะ) ใกล้ฝั่งแม่น้ำเนัญชรา อันเป็นคืนแห่งการตรัสรู้ ในปฐมยามแห่งราตรี พระพุทธเจ้า ก็ทรงบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ[๓๖] ทรงเห็นการ

---

[๓๖] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๑๑ / ๗๐๒. และ **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๒๐ / ๗๒๐. สถานที่ตรัสรู้ ปัจจุบันเรียกว่า **"พุทธคยา"**อยู่ในจังหวัดคยารัฐพิหาร, ประเทศอินเดีย ระยะทางจากต้นโพธิ์พุทธคยาไปถึงฝั่งแม่น้ำเนรัญชราในปัจจุบันประมาณ ๑๐๐ – ๒๐๐ เมตร.

เวียนว่ายตายเกิดของพระองค์เองนับย้อนอดีตไปหลายแสนชาติเป็นอเนกอนันต์ ในภยเภรวสูตร[๓๗] พระพุทธเจ้าตรัส ยืนยันเรื่องการระลึกชาติได้ของพระพุทธเจ้าเองกับพราหมณ์คนหนึ่งชื่อ ชาณุสโสณิ ที่เข้าเฝ้า ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี แขวงกรุงราชคฤห์ ว่า

" พราหมณ์ เรา ปรารภความเพียรไม่ย่อหย่อน สติก็มั่นคง ไม่ฟั่นเฟือน กายสงบระงับไม่กระสับกระส่าย จิตเป็นสมาธิ มีอารมณ์แน่วแน่ เรานั้น สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ... บรรลุทุติยฌาน ... บรรลุตติยฌาน ... บรรลุจตุตถฌาน ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่

เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เรานั้น จึงน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ ... ตลอดสังวัฏฏกัปและวิวัฏฏกัปเป็นอันมากบ้างว่า ในภพโน้น เรามีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้น ๆ จุติจากภพนั้นก็ไปเกิดในภพโน้น แม้ในภพนั้น เราก็มีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้น ๆ จุติจากภพนั้น จึงมาเกิดในภพนี้ เราระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ พร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวประวัติอย่างนี้ เราบรรลุวิชชาที่ ๑ นี้ ในปฐมยามแห่งราตรี กำจัดอวิชชาได้แล้ว วิชชาก็เกิดขึ้น กำจัดความมืดได้แล้ว ความสว่างก็เกิดขึ้น เหมือนบุคคลผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ฉะนั้น "

นอกจากนี้ ยังมีกรณีตัวอย่างของการระลึกชาติของพระพุทธเจ้าในชาติต่าง ๆ ที่ทรงถือกำเนิดเป็นกษัตริย์บ้าง พราหมณ์บ้าง แม้แต่เป็นสัตว์ เช่น กระต่าย เป็นต้น ดังตัวอย่างเช่น

ในมหาโควินทสูตร พระพุทธเจ้า ทรงตรัสยืนยันกับปัญจสิขคันธรรพบุตร ว่า พระองค์เคยเกิดเป็นพราหมณ์ชื่อโชติปาลมานพ ต่อมาได้รับตำแหน่งเป็นปุโรหิตของพระเจ้าทิสัมมตี สืบแทนตำแหน่งของบิดา ในตำแหน่ง "โควินทะ" เป็นผู้ที่ทำงานจนมีชื่อเสียงได้รับการ ยกย่องเรียกกันว่า "มหาโควินทะ" ภายหลังได้ออกบวชเป็นบรรพชิตมุ่งต่อการไปเกิดเป็นพรหม ในเรื่องนี้ ปัญจสิข- คันธรรพบุตร ได้ทูลถามว่า

---

[๓๗] ม. มู. (ไทย) ๑๒ / ๕๑ – ๕๒ / ๔๑ - ๔๒., (บาลี) ๑๒ / ๕๑ - ๕๒ / ๒๙.

" พระผู้มีพระภาค ทรงระลึกถึงเรื่องนั้นได้อยู่หรือ "

พระผู้มีพระภาค ตรัสตอบว่า

" ปัญจสิขะ เรายังระลึกได้ สมัยนั้น เราเป็นมหาโควินทะ ได้แสดงทางแห่งความเป็นอยู่ร่วมกับพรหมในพรหมโลกแก่สาวกเหล่านั้น แต่พรหมจรรย์นั้น ไม่เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่าย เพื่อคลายความกำหนัด เพื่อดับ เพื่อสงบระงับเพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน เป็นไปเพียงเพื่อเกิดในพรหมโลกเท่านั้น ส่วนพรหมจรรย์ของเรานี้ ย่อมเป็นไปเพื่อเบื่อหน่ายโดยส่วนเดียว เพื่อความคลายกำหนัดเพื่อดับ เพื่อสงบระงับ เพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน " [๓๙]

สำหรับในชาติอื่น ๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงเสวยพระชาติเป็นสัตว์ เช่น เป็นกระต่าย (สสบัณฑิตจริยา) เป็นช้าง (มาตุโปสกจริยา) และเป็นพญานาคชื่อภูริทัตตะ (ภูริทัตตจริยา) เป็นต้น ซึ่งเนื้อหาส่วนนี้ สามารถสืบค้นได้ในขุททกนิกาย จริยาปิฎก พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๓ (พระสุตตันตปิฎก ลำดับที่ ๒๕)

๒) การระลึกชาติของพระอริยสาวก

กรณีพระอริยสาวก ผู้บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณนั้น พระสูตรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการระลึกชาติตามที่ได้นำเสนอมาแล้วข้างต้น ส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องราวยืนยันความสามารถของพระอริยสาวก ผู้ปฏิบัติความเพียรจนละนิวรณ์ ๕ และบรรลุฌาน ๔ แล้วสามารถน้อมจิตไปเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (การระลึกชาติ) ได้ และมีตัวอย่างของพระอริยสาวกที่สามารถระลึกชาติได้ จำนวนถึง ๖๐๑ ตัวอย่าง โดยระบุชื่อเป็นรายบุคคล จำนวน ๕๘๘ รูป

---

[๓๙] **ที. ม.** (ไทย) ๑๐ / ๓๐๕ / ๒๕๒., (บาลี) ๑๐ / ๓๐๕ / ๑๙๘.

ในสารีปุตตเถราปทาน[๓๙] พระสารีบุตรเถระ ซึ่งเป็นพระอัครสาวกเบื้องขวาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เล่าอดีตชาติของท่านเองว่า ในสมัยของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอดีตชื่ออโนมทัสสี พระสารีบุตร ได้เกิดเป็นมนุษย์และได้ออกบวชเป็นดาบส ชื่อ สุรุจิ ได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้านามว่า อโนมทัสสี หลังจากนั้นก็ได้บวชเป็นฤาษี ๕๐๐ ชาติ ติดต่อกันมาในภพนี้ ท่านได้พบพระอัสสชิเถระ เลื่อมใสในคำตอบปัญหาธรรมที่ถาม จึงเข้ามาบวชกับภิกษุในพระพุทธศาสนาได้บรรลุวิชชา ๓ ได้อภิญญา ๖ เป็นพระอรหันตขีณาสพ พระสารีบุตรเถระ สามารถระลึกชาติได้ ซึ่งเป็นคุณวิเศษประการหนึ่งในวิชชา ๓ และอภิญญา ๖

นอกจากพระสารีบุตรเถระแล้ว ยังมีพระอริยสาวกในพระพุทธศาสนาอีกเป็นจำนวนมาก ที่สามารถระลึกชาติได้ สำหรับงานศึกษาวิจัยนี้ ได้แสดงรายชื่อของท่านเหล่านี้ตามที่ค้นพบใน พระสุตตันตปิฎกไว้ในภาคผนวก ข.

๓) การระลึกชาติของนักบวชนอกพระพุทธศาสนา

กรณีสมณพราหมณ์ หรือบรรพชิตผู้ระลึกชาติได้ ในที่นี้ หมายถึงนักบวชนอกพระพุทธศาสนา เช่น ฤาษี หรือ ดาบส เป็นต้น ซึ่งบางคนได้ปฏิบัติธรรม บำเพ็ญเพียรจนจิตเป็นสมาธิในขั้นสูง จนถึงจตุตถฌาน ก็สามารถที่จะระลึกชาติได้เช่นกัน ตัวอย่างเช่น สุรุจิดาบส ในสมัยพระพุทธเจ้าชื่ออโนมทัสสี ตามที่ได้กล่าวมาข้างต้นและอุทกดาบส รามบุตร อาจารย์ผู้สอนสมาบัติของพระพุทธเจ้า ก่อนสมัยที่จะทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาเป็นต้น โดยนักบวชเหล่านี้ เป็นผู้ได้ฌานสมาบัติ ได้อภิญญา เป็นผู้ที่มีกิเลสเบาบาง แต่ก็ยังไม่สิ้นกิเลส

ในพรหมชาลสูตร พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงการที่สมณพราหมณ์บางคน มีความสามารถที่จะระลึกชาติได้ แต่ก็ยังติดข้องไปยึดถือเอาว่า อัตตาและโลกเที่ยง ซึ่งเป็นมิจฉาทิฏฐิ ว่า

> " สมณะหรือพราหมณ์บางคนในโลกนี้ อาศัยความเพียรเครื่องเผากิเลส ความเพียรที่ตั้งมั่น ความหมั่นประกอบ ความไม่ประมาท และอาศัยการใช้ความคิดอย่างถูกวิธีแล้วบรรลุเจโตสมาธิที่เป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ..." [๔๐]

---

[๓๙] ขุ.อป. (ไทย) ๓๒ / ๑๔๑ – ๓๗๔ / ๒๖ - ๕๘., (บาลี) ๓๒ / ๑๔๑ - ๓๗๔ / ๒๒ - ๔๕.

ส่วนเนื้อหาที่ยืนยันว่า ดาบสชื่อ สุรุจิ สามารถระลึกชาติได้นั้น ปรากฏในเรื่อง สารีปุตตเถรปทาน ซึ่งพระสารีบุตรกล่าวยืนยันว่า ในสมัยที่เกิดเป็นดาบสชื่อสุรุจินั้น ได้บำเพ็ญเพียรจนได้อภิญญาพละ ๕ ประการ ซึ่งคุณสมบัติหนึ่งในห้าประการของอภิญญาพละนี้ คือการระลึกชาติได้ ดังนี้

> " ครั้งนั้น ข้าพเจ้าอยู่ในอาศรม ซึ่งสร้างไว้อย่างดี น่ารื่นรมย์ ในป่ามีไม้ดอกไม้ผลสมบูรณ์ด้วยองค์ประกอบทุกอย่าง ดังกล่าวมานี้ ข้าพเจ้าเป็นดาบสชื่อ สุรุจิ มีศีลสมบูรณ์ด้วยข้อวัตร มีปกติเพ่งฌาน ยินดีในฌานในกาลทุกเมื่อ สำเร็จอภิญญาพละ ๕ ประการ " [๔๑]

จากประเภทบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ดังที่เสนอมา จะเห็นได้ว่า ผู้ระลึกชาติได้จะต้องเป็นบุคคลที่อย่างน้อยที่สุดก็ต้องเป็นผู้บำเพ็ญเพียรทางจิต จนมีกิเลสเบาบาง มีสมาธิจิตในขั้นสูง ได้ฌาน ได้อภิญญาขึ้นไป และเป็นการกล่าวถึงเฉพาะการระลึกชาติที่เป็นคุณธรรมที่สามารถพัฒนาขึ้นมาได้เท่านั้น

จากการตรวจสอบวิเคราะห์เนื้อหาการระลึกชาติได้ในพระสุตตันตปิฎก พอจะสรุปประเภทของบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ด้วยการบำเพ็ญเพียรทางจิตได้ ๓ ประเภท คือ

๑) พระสัมมาสัมพุทธเจ้า

๒) พระอริยสาวก ผู้บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ

๓) สมณพราหมณ์ หรือ นักบวชบางคน/บางรูป ที่บำเพ็ญสมาธิจนบรรลุอภิญญา สามารถระลึกชาติได้

---

[๔๐] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๓๑ / ๑๑., (บาลี) ๙ / ๓๑ / ๑๓.

[๔๑] **ขุ.อป.** (ไทย) ๓๒ / ๑๗๓ – ๑๗๔ / ๓๐ - ๓๑., (บาลี) ๓๒ / ๑๗๓ - ๑๗๔ / ๒๕.

ตัวอย่างบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ตามที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

จากการศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการระลึกชาติได้ ได้พบตัวอย่างบุคคลเป็นจำนวนมาก ที่ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิตตามแนวทางที่ได้เสนอมาข้างต้น แล้วได้บรรลุคุณธรรมขั้นสูงจนถึงสามารถที่จะระลึกชาติได้และได้บรรลุอาสวักขยญาณสิ้นกิเลสาสวะ บุคคลตัวอย่างเหล่านี้ จะพบเนื้อหาได้มากในพระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๓๒ และ ๓๓ ที่ว่าด้วยประวัติของพระเถระและ พระเถรี ในพระสุตตันตปิฎกทั้ง ๒ เล่มดังกล่าว ได้เสนอประวัติของพระเถระและพระเถรีผู้ที่ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรจนหมดสิ้นกิเลสาสวะ บรรลุวิชชาและอภิญญา (ซึ่งการระลึกชาติได้เป็นคุณสมบัติข้อหนึ่งในวิชชาและอภิญญาดังกล่าว) ไว้ถึงจำนวน ๖๐๑ ตัวอย่าง และประวัติพระเถรี จำนวน ๔๐ ตัวอย่าง

ตัวอย่างพระเถระผู้บรรลุวิชชาและอภิญญา ซึ่งเป็นผู้หมดสิ้นกิเลสและสามารถระลึกชาติได้เช่น

๑) พระสารีบุตรเถระ [๔๒]

๒) พระมหาโมคคัลลานเถระ [๔๓]

๓) พระมหากัสสปเถระ [๔๔]

๔) พระอนุรุทธเถระ [๔๕]

ตัวอย่างพระเถรีผู้บรรลุวิชชาและอภิญญา ผู้เป็นพระอรหันต์หมดสิ้นกิเลสและสามารถระลึกชาติได้ เช่น

๑) พระสุเมธาเถรี [๔๖]

๒) พระเมขลทายิกาเถรี [๔๗]

---

[๔๒] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๒ / ๓๗๔ / ๕๘., (บาลี) ๓๒ / ๓๗๔ / ๔๕.

[๔๓] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๒ / ๓๙๗ / ๖๑., (บาลี) ๓๒ / ๓๙๗ / ๔๘.

[๔๔] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๒ / ๔๒๐ / ๖๔., (บาลี) ๓๒ / ๔๒๐ / ๕๐.

[๔๕] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๒ / ๔๓๓ / ๖๖., (บาลี) ๓๒ / ๔๓๓ / ๕๒.

[๔๖] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๑๙ / ๓๖๘., (บาลี) ๓๓ / ๑๙ / ๒๘๔.

[๔๗] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๒๕ / ๓๖๙., (บาลี) ๓๓ / ๒๕ / ๒๘๕.

๓) พระมณฑปทายิกเถรี [๔๘]

๔) พระสังกมนทาเถรี [๔๙]

สำหรับตัวอย่างพระเถระและพระเถรีทั้งหมด จำนวน ๖๐๑ ตัวอย่าง ที่เป็นตัวอย่างของบุคคลที่บรรลุอภิญญาและวิชชาตามที่ได้ยกมากล่าวในที่นี้ สามารถที่จะดูรายละเอียดได้ในภาคผนวก ข.

นอกจากตัวอย่างบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ตามที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกตาที่ได้เสนอมาแล้ว เพื่อความชัดเจนในเรื่องนี้มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยใคร่เสนอตัวอย่างบุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ตามที่ปรากฏในปัจจุบันเพิ่มเติมอีกสัก ๒ ตัวอย่าง ดังนี้

๑) การระลึกชาติได้ของหลวงปู่บุดดา ถาวโร[๕๐]

หลวงปู่บุดดา ถาวโร แห่งสำนักสงฆ์สองพี่น้อง จังหวัดชัยนาท เกิดเมื่อ พ.ศ.๒๔๓๗ ที่ตำบลภูคา อำเภอโคกสำโรง จังหวัดลพบุรี

หลวงปู่บุดดา ถาวโร เป็นบุคคลที่สามารถระลึกชาติย้อนอดีตได้ถึง ๖ ชาติ โดยท่านสามารถระได้ว่า ในอดีตชาติที่ผ่านมานั้น ท่านเคยเกิดมาเป็นบุรุษทุกชาติ และส่วนใหญ่จะอยู่ฝั่งซ้ายแม่น้ำโขง (เขตประเทศลาวในปัจจุบัน) และทุกชาติที่เกิดมาจะมีบุญน้อยอายุไม่ยืน มีแต่ชาตินี้เท่านั้นที่มีอายุยืน

ท่านสามารถระลึกอดีตชาติได้ว่า ท่านเสียชีวิตที่ชานเมืองนครเวียงจันทร์ มีคนเอาศพท่านไปฝังไว้และไม่ได้เผา ต่อมาท่านจึงเดินทางไปนครเวียงจันทร์เพื่อค้นหาจนพบหลุมฝังศพ(ในอดีตชาติ)ของตน ท่านจึงได้จัดการขุดกระดูกของตนในอดีตชาติดังกล่าวขึ้นมาทำการเผา

นอกจากนี้ ยังมีเหตุการณ์สำคัญอีกประการหนึ่งคือ ตอนที่ท่านออกธุดงค์ ท่านเคยได้พบกับหลวงพ่อสงฆ์ พรหุมสโร ขณะที่ท่านบำเพ็ญสมาธิในตอนกลางคืน ท่านก็ทราบว่าหลวงพ่อสงฆ์ เคยเป็นบิดาของท่านในอดีตชาติ หลวงปู่บุดดา จึงได้เรียกหลวงพ่อสงฆ์ว่า "คุณพ่อสงฆ์" นับแต่นั้นมา และก็ได้ร่วมจาริกกับหลวงพ่อสงฆ์แสวงหาที่วิเวกบำเพ็ญธรรมในสถานที่หลายแห่งจนถึงถ้ำคูหา ตำบลดงมะกุ อำเภอตาคลี จังหวัดนครสวรรค์

---

[๔๘] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๓๐ / ๓๗๐., (บาลี) ๓๓ / ๓๐ / ๒๘๕.

[๔๙] **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๓ / ๓๖ / ๓๗๑., (บาลี) ๓๓ / ๓๖ / ๒๘๖.

[๕๐] บรรยง บุญฤทธิ์ (แปลเรียบเรียง), **ศาสตร์ลับระลึกชาติและตายแล้วไปไหน**, ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๔ (บริษัทสร้างสรรค์บุ๊คส์ จำกัด) (กรุงเทพฯ, ๒๕๔๑) หน้า ๘๗.

๒) การระลึกชาติได้ของเด็กหญิงปรียากมล คำดี (หรือน้องจ๋อม)[๕๑]

ตัวอย่างของการระลึกชาติได้ในกรณีนี้ เป็นกรณีตัวอย่างของบุคคลที่เกิดมาแล้วสามารถจำอดีตชาติของตัวเองได้ เหตุการณ์นี้ปรากฏเป็นข่าวเกิดขึ้นในปี พ.ศ.๒๕๔๖ นี้เอง โดยมีหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับวันศุกร์ที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๔๖ ได้พาดหัวข่าวหน้า ๑๘ ว่า "ระลึกชาติได้ – เป็นแม่กลับมาเกิด" ซึ่งเนื้อหาข่าวพอสรุปได้ว่า

ด.ญ.ปรียากมล หรือน้องจ๋อม คำดี อายุ ๗ ขวบ เป็นบุตรของนางน้ำหวาน คำดี อายุ ๓๑ ปี อยู่บ้านเลขที่ ๘๑ หมู่ ๗ ตำบลบางทรายน้อย อำเภอหว้านใหญ่ จังหวัดมุกดาหาร สามารถระลึกชาติได้ โดย ด.ญ.ปรียากมล สามารถจำอดีตชาติของตนได้ว่า ตนเองมีชื่อว่า นางนาง บุญมี (ซึ่งเป็นมารดาของนางน้ำหวาน คำดี) ตายเมื่ออายุ ๕๔ ปี ด้วยโรงท้องร่วง ด.ญ.ปรียากมล คำดี เริ่มจำอดีตชาติของตนเองได้ตั้งแต่อายุ ๒ ขวบ และมีพฤติกรรมเหมือนนางนาง บุญมี ตอนยังมีชีวิตอยู่ เช่น ชอบเคี้ยวหมาก ชอบกินอาหารรสเผ็ดหรือรสจัด ชอบทำบุญตักบาตร เข้าวัดเป็นประจำ นอกจากนี้ก็ยังจำบุคคลและเหตุการณ์ต่างๆ ในสมัยเมื่อนางนาง บุญมี ยังมีชีวิตอยู่ได้อย่างชัดเจน ซึ่งบุคคลที่เคยรู้จักนางนาง บุญมี ต่างก็ยืนยันความถูกต้องทุกอย่าง

๒.๒.๒.๒ ความสามารถในการระลึกชาติ

การระลึกชาติของบุคคลแต่ละประเภทนั้นย่อมจะแตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ เพราะกำลังแห่งปัญญาของแต่ละคนแตกต่างกันนั่นเอง บางคนบางพวกอาจจะระลึกถึงชาติอดีตของตนได้ ๑ ชาติบ้าง ๒ ชาติบ้าง ๓ ชาติบ้าง เป็นต้น หรืออาจจะระลึกชาติได้เป็นกัปเป็นอสงไขยได้ การระลึกชาติ มิใช่จะมีแต่เฉพาะบุคคลในพระพุทธศาสนาเท่านั้น นอกพระพุทธศาสนาหรือลัทธิอื่นๆ ก็สามารถระลึกชาติได้เช่นกัน

ในปฐมสมันตปาสาทิกา เล่มที่ ๑ ได้กล่าวถึงความสามารถในการระลึกชาติของบุคคลไว้ว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายย่อมทรงระลึกชาติได้พวกเดียว ก็หาไม่ ถึงแม้พระปัจเจกพุทธเจ้า พระสาวก และเดียรถีย์ ก็ระลึกได้ แต่ว่าระลึกได้โดยความแตกต่างกัน จริงอยู่ พวกเดียรถีย์ ย่อมระลึกได้เพียง ๔๐ กัปเท่านั้น เลยจากนั้นระลึกไม่ได้ เพราะอะไร เพราะพวกเดียรถีย์มีปัญญาหย่อนกำลัง เพราะเว้นจากการกำหนดนามและรูป

---

[๕๑] หนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับที่ ๑๕๗๒๗ ฉบับประจำวันศุกร์ที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๔๖ หน้า ๑๘.

บรรดาพระสาวกทั้งหลาย พระมหาสาวก ๘๐ รูป ระลึกได้แสนกัป พระอัครสาวกทั้ง ๒ องค์ (พระสารีบุตร และ พระมหาโมคคัลลานะ) ระลึกได้หนึ่งอสงไขยและแสนกัป พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย ระลึกได้สองอสงไขยและแสนกัป ส่วนการระลึกชาติของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ไม่มีกำหนด พระพุทธเจ้าทั้งหลาย ย่อมระลึกได้ตราบเท่าที่ทรงปรารถนา แต่พวกเดียรถีย์ย่อมระลึกได้จำกัดตามลำดับแห่งขันธ์เท่านั้น แต่ไม่สามารถจะระลึกได้ด้วยอำนาจจุติและปฏิสนธิ พระมหาสาวกและพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย ย่อมระลึกได้ทั้งโดยลำดับขันธ์และโดยอำนาจจุติและปฏิสนธิ

พระพุทธเจ้าทั้งหลาย ย่อมทรงระลึกได้ตลอดสถานที่ ๆ ทรงมุ่งหวังนั้น ๆ ทั้งหมดทีเดียว ในเบื้องต่ำหรือเบื้องบน ในโกฏิกัปเป็นอันมาก ด้วยลำดับขันธ์บ้าง ด้วยอำนาจจุติและปฏิสนธิบ้าง ด้วยอำนาจการก้าวไปดุจราชสีห์บ้าง[๕๒]

๒.๒.๒.๓ รายละเอียดของการระลึกชาติ

ในรายละเอียดของการระลึกชาตินั้น ผู้ที่สามารถระลึกชาติได้ จำสามารถระลึกรายละเอียดต่าง ๆ ได้ คือ จำได้ถึง

๑) ชื่อและโคตรว่า ชื่ออะไร เกิดในโคตรตระกูลใด ชื่อบิดา มารดา ชื่อภรรยา สามี บุตร และบริวารเป็นต้น
๒) สถานที่เกิด เกิดที่ไหน เมืองอะไร ประเทศใด
๓) ความเป็นอยู่ ทั้งความสุขและทุกข์ เช่น จำเรื่องสภาพการเป็นอยู่ การดำรงชีวิต อาชีพการงาน ความสุขความทุกข์ กรรมดีกรรมชั่วที่ประกอบ อายุ เป็นต้น
๔) เมื่อตายไปแล้ว ไปเกิดในภพอื่น จะเป็นผู้มีชื่ออย่างนั้น อายุเท่านั้นเป็นต้น

ดังความว่า "ในภพโน้น ตนมีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล มีวรรณะ มีอาการ เสวยสุขทุกข์และมีอายุอย่างนั้น จุติจากภพนั้น ก็ไปเกิดในภพโน้น แม้ในภพนั้น เราก็มีชื่ออย่างนั้น มีตระกูล

---

[๕๒] **สมันตปาสาทิกา แปล เล่มที่ ๑**, (ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๓๐๕–๓๐๗.

มีวรรณะ มีอาหาร เสวยสุขทุกข์ และมีอายุอย่างนั้น จุติจากภพนั้น จึงมาเกิดในภพนี้' เธอระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ พร้อมทั้งลักษณะและชีวประวัติอย่างนี้ ฯลฯ" [๕๓]

๒.๓ สรุป

หลักการเกี่ยวกับการระลึกชาติคือ การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มนุษย์สามารถจะระลึก หรือย้อนระลึกถึงชาติในอดีตของตนได้หลายรูปแบบ บางคนอาจจะระลึกชาติได้เองโดยอัตโนมัติหลังการเกิดใหม่ไม่นาน บางคนอาจจะระลึกได้เมื่อมีการสะกดจิต หรือถูกสะกดจิต บางคนอาจจะระลึกชาติได้ เมื่อบำเพ็ญสมาธิจนจิตสงบนิ่ง บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ อย่างญาณที่เกิดแก่พระพุทธเจ้าในลำดับปฐมยามก่อนการตรัสรู้

แนวคิดพื้นฐานสำคัญเกี่ยวกับการระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกนั้น มีความสัมพันธ์กับคำสอนหลักใหญ่ ๆ อยู่ ๒ ประการ คือ คำสอนเรื่องสังสารวัฏ ที่กล่าวถึงการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และคำสอนเรื่องกรรมและกฎแห่งกรรม เพราะการระลึกชาติ หมายเอาการระลึกถึงอดีตชาติของบุคคลที่เวียนเกิดเวียนตายก็เป็นสิ่งที่เนื่องด้วยอำนาจของกรรมที่บุคคลได้กระทำเอาไว้ เพราะเมื่อทำกรรม ย่อมได้รับผลของกรรมที่เรียกว่าวิบาก เป็นกฎสากลที่ยืนยันความเกี่ยวเนื่องด้วยสาเหตุและผล และการระลึกชาติต่างๆ ที่เป็นไปทั้งในสุคติหรือทุคติก็เป็นเพราะอำนาจกรรมนั่นเอง

ลักษณะของการระลึกชาตินั้น มีลักษณะที่จะระลึกย้อนหลังไปในอดีตได้ ตั้งแต่หนึ่งชาติไปจนนับเป็นแสนชาติ ในการระลึกชาตินี้ ผู้ที่ระลึกชาติได้สามารถที่จะระลึกถึงลักษณะทั่วไปและชีวประวัติของตนในแต่ละภพแต่ละชาติได้อย่างชัดเจนว่า มีชีวิตอยู่อย่างไร มีสุขทุกข์อย่างไร

ความสามารถในการระลึกชาติของบุคคลมีได้ทั้งในพระพุทธศาสนาและนอกพระพุทธศาสนา กล่าวคือลัทธิหรือศาสนาอื่น ๆ ก็สามารถระลึกชาติได้เช่นเดียวกัน แต่ว่าจะระลึกชาติได้มากน้อยแค่ไหนนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของแต่ละคนด้วยเช่นกัน ดังนักบวชนอกพระพุทธศาสนาเช่นพวกเดียรถีย์ก็สามารถระลึกได้ตามกำลังปัญญาของตน ส่วนนักบวชในพระพุทธศาสนา คือ

---

[๕๓] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๔๔ / ๘๑ - ๘๒., (บาลี) ๙ / ๒๔๔ / ๘๑–๘๒

คือพระอริยสาวก พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระพุทธเจ้านั้น สามารถระลึกชาติได้มากมายหลายภพหลายชาติ ในครั้งพุทธกาล พระอริยสาวกเป็นจำนวนมากได้ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิตจนหลุดพ้นจากกิเลส ด้วยกำลังสมาธิเป็นเจโตวิมุตติและสามารถระลึกชาติได้ ดังที่ปรากฏในขุททกนิกาย อปทาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๒ และ ๓๓ มีถึงจำนวน ๖๐๑ ตัวอย่างที่กล่าวแล้ว

ส่วนรายละเอียดของการระลึกชาตินั้น ผู้ที่สามารถระลึกชาติได้ จะสามารถระลึกรายละเอียดต่าง ๆ จำได้ถึง ชื่อ และ โคตร ว่า ชื่ออะไร เกิดในโคตรตระกูลใด ชื่อบิดามารดา ชื่อภรรยาสามี บุตรและบริวาร สถานที่เกิด เกิดที่ไหน เมืองอะไร ประเทศใด ความเป็นอยู่ ทั้งความสุขและทุกข์ จำเรื่องสภาพการเป็นอยู่ การดำรงชีวิต อาชีพการงาน ความสุขความทุกข์ กรรมดีกรรมชั่วที่ประกอบ อายุ เป็นต้น เมื่อตายไปแล้ว ไปเกิดในภพอื่น จะเป็นผู้มีชื่ออย่างนั้น อายุเท่านั้น เป็นต้น

หลักการของการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก ที่กล่าวมานี้ เป็นเครื่องยืนยันว่า การระลึกชาติมีจริง มีบุคคลผู้สามารถระลึกชาติได้จริง ทั้งสามารถสร้างให้เกิดคุณสมบัติพิเศษในตนได้จริง บุคคลใด ปรารถนาให้ตนมีความสามารถระลึกชาติ ก็สามารถปฏิบัติธรรม บำเพ็ญเพียรทางจิตตามหลักการและแนวทางของพระพุทธศาสนา และแนวทางแห่งการปฏิบัติเพื่อไปสู่การบรรลุการระลึกชาติ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอในบทที่ ๓ เป็นลำดับต่อไป.

บทที่ ๓

วิธีการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก

๓.๑ ความนำ

การระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกที่กล่าวมาในบทที่ ๒ นั้น แสดงให้เห็นถึงแนวคิดเกี่ยวกับการระลึกชาติว่า การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มนุษย์สามารถจะระลึก หรือย้อนระลึกถึงชาติในอดีตของตนได้โดยการบำเพ็ญสมาธิจิต จนกระทั่งจิตสงบนิ่งสามารถบรรลุถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณได้ และจุดมุ่งหมายของคำสอนเกี่ยวกับการะลึกชาติก็คือ เพื่อต้องการเน้นถึงหลักจริยธรรมที่โยงสัมพันธ์กับหลักคำสอนเรื่องสังสารวัฏและกฎแห่งกรรมที่เป็นแนวคิดพื้นฐานของคำสอนเรื่องการระลึกชาติ เน้นถึงลักษณะของการระลึกชาติที่จำแนกโดยกลุ่มบุคคลและโดยประเภทบุคคลทั้งภายในและภายนอกพระพุทธศาสนา อีกทั้งเน้นถึงความสามารถในการระลึกชาติและรายละเอียดของการระลึกชาติ เพื่อเป็นการยืนยันว่า การระลึกชาตินั้น มีจริง มีหลักฐานพิสูจน์ ทั้งจากหลักฐานในพระไตรปิฎกเอง และจากการพิสูจน์ด้วยวิธีการสมัยใหม่ของนักวิทยาศาสตร์ดังที่กล่าวแล้ว

การระลึกชาติด้วยความสามารถพิเศษที่บุคคลเกิดมาแล้วจำอดีตชาติของตนได้นั้น คงไม่สามารถแสดงวิธีการได้ เพราะเกิดมาก็จำได้เอง อาจจะด้วยอำนาจบุญกุศลที่สั่งสมมาหรือด้วยสาเหตุอื่นๆ เช่น เสียชีวิตแล้วเกิดทันที ความสืบเนื่องของความทรงจำคงจะยังสืบต่อมาในชาติใหม่ได้ ส่วนการระลึกชาติด้วยการถูกสะกดจิต เป็นความสามารถที่เกิดขึ้นโดยอาศัยจิตแพทย์เป็นผู้ช่วยเหลือมิใช่ความสามารถที่สร้างพลังจิตระลึกได้ด้วยตนเอง แต่การระลึกชาติได้ด้วยการปฏิบัติจนบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (ญาณระลึกชาติได้) ซึ่งเป็นวิธีการที่พระพุทธศาสนายืนยันว่าบุคคลสามารถที่จะพัฒนาจิตของตนเองให้เกิดขึ้นได้ดังมีตัวอย่างที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกเป็นจำนวนมาก

๓.๒ วิธีการระลึกชาติ

วิธีการสร้างความสามารถในระลึกชาติมีหลายวิธีอย่างที่กล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยจะขอนำเสนอเฉพาะวิธีการที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก ซึ่งมีแหล่งข้อมูลแสดงวิธีการสากลที่ผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็นนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนาหรือนักบวชในพระพุทธศาสนา หากปฏิบัติสมาธิมีจิตสงบจนสามารถบรรลุถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณได้ก็สามารถระลึกชาติได้ ในลำดับต่อไปนี้

๓.๒.๑ วิธีการระลึกชาติของนักบวชนอกพระพุทธศาสนา

วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดญาณระลึกชาติได้ของนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนา มีปรากฏหลักฐานในพรหมชาลสูตร และพระสูตรอื่นๆ ที่กล่าวถึงกระบวนการปฏิบัติทางจิตทำจิตให้เกิดสมาธิ สามารถบรรลุฌานสมาบัติหรืออภิญญา อันเป็นวิธีการที่นักบวชภายนอกพระพุทธศาสนาในสมัยพุทธกาลศึกษาและปฏิบัติกันจนเป็นที่เชี่ยวชาญ แต่นักบวชภายนอกพระพุทธศาสนานั้น มาติดที่ความสุขที่เกิดจากฌานสมาบัติ เพลิดเพลินในพลังจิตพิเศษที่ตนบรรลุ จึงไม่สามารถพัฒนาปัญญาให้เกิดญาณระดับที่สูงคือ ระดับโลกุตตระ ที่เรียกว่า อาสวักขยญาณ อย่างที่พระพุทธเจ้า หรือพระอริยสาวกในพระพุทธศาสนาได้บรรลุ จึงยังไม่พ้นทุกข์และไม่สามารถถอนตนจากสังสารวัฏได้ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้ พระพุทธองค์ ในขณะที่แสวงหาสัจธรรม ก็ยังได้เคยไปปฏิบัติในสำนักของอาจารย์อาราฬดาบส และอุทกดาบสดังที่ทราบกัน

ในสารีปุตตเถราปทานและ[๑]ในพรหมชาลสูตร[๒] ได้มีข้อมูลปรากฏยืนยันถึงความสามารถในการระลึกชาติของนักบวชนอกพระพุทธศาสนาไว้ว่า นักบวชนอกพระพุทธศาสนาที่มีความสามารถดังกล่าวนั้น ได้แก่พวกฤาษีหรือดาบส ที่บำเพ็ญตบะอยู่ตามป่าเขา และเป็นผู้ที่ปฏิบัติบำเพ็ญเพียรทางจิตจนสามารถบรรลุถึงอภิญญาในข้อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จึงจะเป็นผู้สามารถในการระลึกชาติได้ จากเนื้อหาของพระสูตรดังกล่าว พอที่จะวิเคราะห์และสรุปถึงวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงการระลึกชาติของนักบวชนอกพระพุทธศาสนาได้ว่า

๑) นักบวชผู้นั้น จะต้องเป็นผู้ที่มีพื้นฐานทางกายและวาจาที่สงบ โดยจะต้องเป็นผู้เคร่งครัดในศีล

---

[๑] ขุ.อป. (ไทย) ๓๒ / ๑๗๓ -๑๗๔ / ๓๐. (บาลี) ๓๒ / ๑๗๓ - ๑๗๔ / ๒๕.

[๒] ที.สี. (ไทย) ๙ / ๓๒ / ๑๑. (บาลี) ๙ / ๓๒ / ๑๔.

๒) นักบวชผู้นั้น จะต้องเป็นผู้มีปกติเพ่งฌาน มีจิตน้อมยินดีในฌานในกาลทุกเมื่อ

๓) นักบวชผู้นั้น จะต้องหลีกเร้นไปบำเพ็ญเพียรปฏิบัติธรรมอยู่ในที่ที่มีสถานที่และสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการบำเพ็ญตบะ เช่น ในป่าที่สงัด เป็นต้น

๔) ในการปฏิบัติ นักบวชนั้นจะต้องมีความอดทน ไม่ตั้งอยู่ในความประมาทและบำเพ็ญตบะอย่างมุ่งมั่น จนกระทั่งจิตเป็นสมาธิชั้นสูงหรือบรรลุเจโตสมาธิ

๕) เมื่อจิตตั้งมั่นในเจโตสมาธิดีแล้ว สามารถน้อมจิตเข้าสู่อภิญญาบรรลุถึงข้อปุพเพนิวาสานุสสติญาณได้ นักบวชนั้น ชื่อว่าสามารถน้อมจิตไปเพื่อตามระลึกถึงขันธ์ที่ตนเคยอยู่อาศัยในกาลก่อน หรือ สามารถระลึกชาติย้อนหลังไปในอดีตชาติที่ผ่านๆ มาได้

ดังนั้น ลักษณะของการระลึกชาติได้ของฤาษีหรือดาบสซึ่งเป็นนักบวชนอกพระพุทธศาสนาดังกล่าวนั้น จึงเป็นลักษณะของการระลึกชาติที่มองเห็นอดีตชาติของตนได้อย่างชัดเจนว่าในแต่ละชาติที่ตนเคยมีชีวิตวนเวียนผ่านมานั้น ตนเองเคยเป็นใคร มีชื่อและโคตรว่าอย่างไร มีความเป็นอยู่อย่างไร มีอายุเท่าไร เมื่อตายไปแล้วกลับไปเกิดในชาติใดอีก ส่วนความสามารถในการระลึกชาตินั้น มีลักษณะเป็นการระลึกย้อนหลังจากชาติปัจจุบันย้อนหลังไปในชาติอดีต โดยบางคน สามารถระลึกชาติได้เพียงชาติเดียวบ้าง บางคน สามารถระลึกชาติได้สองชาติบ้าง สามชาติบ้าง บางคน สามารถระลึกชาติได้ถึงสิบชาติบ้าง และบางคน สามารถระลึกชาติได้ถึงแสนๆ ชาติก็มี

ที่กล่าวมานี้ คือวิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุญาณระลึกชาติได้ของนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนา ซึ่งพื้นฐานสำคัญก็คือการบำเพ็ญฌาน เริ่มแต่ฌานชั้นต้น จนได้บรรลุอภิญญา สมาบัติเป็นความสามารถพิเศษที่เกิดขึ้นมาเพราะผลที่จิตสงบจนเกิดญาณระลึกชาติได้ และเกิดอภิญญาข้ออื่นๆ อีก รวม ๕ ประการ แต่ยังไม่บรรลุอาสวักขยญาณสิ้นกิเลสาสวะได้

๓.๒.๒ วิธีการระลึกชาติของนักบวชหรือบุคคลในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติของนักบวชในพระพุทธศาสนา ก็อาศัยวิธีการแบบเดียวกับนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนานั่นเอง เพียงแต่ไม่หยุดลงเพราะได้บรรลุโลกิยอภิญญา ซึ่งไม่ใช่เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

จากการศึกษาวิจัยการระลึกชาติ ได้พบวิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงการระลึกชาติได้ ๕ ประการดังนี้

๓.๒.๒.๑ การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปชัญญะและอริยสันโดษ

การปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรจนบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องบำเพ็ญเพียรทางจิตถึงที่มีจิตรวมเป็นสมาธิยิ่งมีกิเลสเบาบางมาก พื้นฐานสำคัญของการปฏิบัติดังกล่าวนั้น จะต้องอาศัยศีล การสำรวมอินทรีย์สติสัมปชัญญะและความสันโดษ เพื่อให้กายและใจสงบก่อน ต่อจากนั้นบำเพ็ญเพียรทางจิต จึงจะบรรลุผลในระดับขั้นที่สูง ๆ ขึ้นจนถึงการละนิวรณ์ ๕ และบรรลุฌาน ๔ และน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ หากกายและใจของผู้ปฏิบัติไม่สงบแล้ว ก็ยากที่จะบำเพ็ญเพียรปฏิบัติธรรมในระดับขั้นที่สูงขึ้นได้

การปฏิบัติที่ประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปชัญญะและอริยสันโดษ อันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานหรือเป็นเงื่อนไขสำคัญเบื้องต้นของการปฏิบัติสมาธินั้น มีลักษณะดังนี้

๑) อริยศีลขันธ์ เป็นการครองตนให้ตั้งอยู่ในศีลที่สมบูรณ์ทั้ง ๓ ระดับ อันได้แก่ ศีลระดับต้น (จูฬศีล) อันเป็นการรักษากายและวาจาตามหลักของกุศลกรรมบถและงดเว้นจากการประพฤติปฏิบัติแบบฆราวาส เช่น งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น มุ่งประโยชน์เกื้อกูลต่อสรรพสัตว์อยู่เสมอ งดเว้นจากการพูดคำหยาบ คำเพ้อเจ้อ และงดเว้นจากการเป็นตัวแทนเป็นนายหน้าซื้อขาย เป็นต้น ศีลระดับกลาง (มัชฌิมศีล) เป็นข้อปฏิบัติทั่วไปของนักบวชที่ควรจะปฏิบัติให้ยิ่งกว่าดีกว่าชาวบ้านทั่วๆ ไป เช่น เว้นจากการทำลายพืช ไม่บริโภคของที่สะสมไว้ ไม่ดูการเล่นมหรสพต่างๆ เว้นจากการทะเลาะวิวาทโต้เถียงกัน เว้นจากการพูดจาหลอกลวง เป็นต้น ส่วนศีลระดับสูง (มหาศีล) เป็นข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการเลี้ยงชีพของนักบวช ภิกษุจะต้องเว้นขาดจาก

การเลี้ยงชีพในทางที่ผิด หรือแสวงหาด้วยเดรัจฉานวิชา เช่น ไม่เป็นหมอทำเสน่ห์ยาแฝด ไม่เป็นหมอดูทำนายทายทัก ไม่เป็นหมอดูฤกษ์ดูยาม ไม่เป็นผู้ใบ้หวย หรือทำวิชาอาคมต่างๆ เป็นต้น โดยสรุปก็คือว่า การประกอบพร้อมด้วยอริยศีลขันธ์ ก็คือการปฏิบัติตนให้มีความสำรวมในปาติโมกขศีล อันเป็นการงดเว้นในสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงบัญญัติห้าม และกระทำในสิ่งที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ทำ[๓]

ผู้ปฏิบัติ หรือ ภิกษุผู้สมบูรณ์ด้วยศีล ๓ ประการ คือ ศีลระดับต้น (จูฬศีล) ศีลระดับกลาง (มัชฌิมศีล) และศีลระดับสูง (มหาศีล)[๔] ชื่อว่าเป็นผู้ประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสรรเสริญภิกษุผู้สมบูรณ์ด้วยศีลว่า เป็นผู้ไม่ประสบอันตรายจากการสำรวมในศีล ย่อมเสวยสุขไม่มีโทษในภายใน (ทำให้จิตใจไม่เป็นทุกข์กังวลจากการกระทำผิด) ว่า

> "มหาบพิตร ภิกษุสมบูรณ์ด้วยศีลอย่างนี้ย่อมไม่ประสบภัยอันตรายจากการสำรวมในศีลเลย เปรียบเหมือนกษัตริย์ ผู้ได้รับมูรธาภิเษกเป็นพระราชากำจัดข้าศึกได้แล้ว ย่อมไม่ประสบภัยอันตรายจากข้าศึกเลย ภิกษุผู้สมบูรณ์ด้วยอริยศีลขันธ์อย่างนี้ย่อมเสวยสุขอันไม่มีโทษในภายใน มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่า สมบูรณ์ด้วยศีลอย่างนี้แล "[๕]

๒) อริยอินทรีย์สังวร เป็นการสำรวมอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจด้วยความระมัดระวังอย่างยิ่ง มีสติระวังรักษามิให้กิเลสคือความยินดียินร้ายเข้าครอบงำ เมื่ออินทรีย์ถูกกระทบด้วยอารมณ์ หรือได้รับรู้ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และความนึกคิด (ธรรมารมณ์) เมื่อสำรวมดีแล้วจนอภิชฌา (ความโลภอยากได้ของผู้อื่น) และโทมนัส (ความเศร้าโสเสียใจ) ครอบงำจิตใจไม่ได้ จึงได้ชื่อว่า เป็นผู้กอบด้วยอริยอินทรีย์สังวร[๖]

๓) อริยสติสัมปัชชัญญะ เป็นลักษณะของการที่บุคคลระลึกนึกได้ รู้ตัวอยู่เสมอ รู้ชัดในสิ่งที่นึกได้หรือเข้าใจอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง รู้สึกตัวในอิริยาบถต่างๆ หรือในการทำสิ่งต่างๆ โดยที่จิตใจไม่วอกแวกไปทางอื่น เช่น ขณะเดินจงกรม ก็มีสติรู้สึกตัวในการก้าว

---

[๓] ดูรายละเอียดในสามัญญผลสูตร **ที.สี.** ๙ / ๑๙๒ - ๒๑๒ /๖๕– ๗๒

[๔] ดูรายละเอียดใน **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๑๙๔ – ๒๑๑ / ๖๕ - ๗๒.

[๕] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๒ / ๗๒. (บาลี) ๙ / ๒๑๒ / ๗๐

[๖] .**ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๓ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๓ / ๗๐.

ไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้แขน การเหยียดแขน ในวัตรปฏิบัติ ก็มีสติในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว ในอิริยาบถต่างๆ ก็มีสติในการเดิน การยืน การนั่ง การนอน ตลอดจนถึงการพูด ก็มีสติระลึกรู้ชัดอยู่ตลอดเวลา การที่บุคคลมีสติสัมปัชชัญญะในลักษณะดังกล่าวมานี้อย่างแน่วแน่ เรียกว่า มีอริยสติสัมปัชชัญญะ[๗]

พระพุทธเจ้าทรงตรัสอธิบายความข้อนี้แด่พระเจ้าอชาตศัตรู ตอนหนึ่งว่า

> " มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปัชชัญญะเป็นอย่างไร คือ ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การดื่ม การพูด การนิ่ง มหาบพิตร ภิกษุ ชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปัชชัญญะเป็นอย่างนี้แล " [๘]

๔) อริยสันโดษ เป็นลักษณะของการยินดียิ่งหรือพอใจยิ่งในสิ่งที่ได้มาด้วยเรี่ยวแรงของตนโดยความชอบธรรม ยินดียิ่งด้วยปัจจัย ๔ ตามมีตามได้ ไม่เดือดร้อนกระวนกระวายใจเพราะไม่ได้ในสิ่งที่ตนต้องการ ในการนี้ พระธรรมปิฎก ได้อธิบายเครื่องหมายของคำว่าสันโดษไว้ว่า

สันโดษ เป็นความพอใจ หรือ มีความสุข ความพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ หรือ หามาได้ด้วยความเพียรพยายามอันชอบธรรมของตน ไม่โลภ ไม่ริษยาใคร โดยทั่วไปท่านแบสันโดษไว้ ๓ อย่าง คือ[๙]

๑) **ยถาลาภสันโดษ** : ยินดีตามที่ได้ คือได้สิ่งใดมาด้วยความเพียรพยายามของตนก็พอใจในสิ่งนั้น ไม่เดือดร้อนเพราะของที่ไม่ได้ ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของคนอื่น ไม่ริษยาเขา

๒) **ยถาพลสันโดษ** : ยินดีตามกำลัง คือพอใจเพียงแต่พอแก่กำลังร่างกายสุขภาพและขอบเขตการใช้สอยของตน ของที่เกินกำลังก็ไม่หวงแหนเสียดายเก็บไว้ให้เสียเปล่า หรือฝืนใช้ให้เป็นโทษแก่ตน

---

[๗] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๓ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๓ / ๗๐.(ผู้ประกอบด้วยการสำรวมอินทรีย์อันเป็นอริยะ)

[๘] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๔ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๔ / ๗๑. (วิเคราะห์ประกอบกับข้อ ที.สี. ๙ / ๒๑๖ / ๗๓)

[๙] พระธรรมปิฎก,(ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์**, (กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐) หน้า ๓๒๔.

๓) **ยถาสารุปปสันโดษ** : ยินดีตามสมควร คือพอใจตามที่สมควรแก่ภาวะ ฐานะ แนวทางชีวิตและจุดมุ่งหมายแห่งการบำเพ็ญของตน เช่น ภิกษุ พอใจแต่ของอันเหมาะแก่สมณภาวะ ได้ของที่ไม่เหมาะกับตนมา แต่จะเป็นประโยชน์กับผู้อื่น ก็มอบให้เขาไป เป็นต้น

ส่วนสันโดษที่เป็นอริยะของบุคคลผู้ปฏิบัติความเพียรในสามัญญผลสูตรนี้ เป็นสันโดษที่เป็นไปตามนัยทั้งสามประการดังกล่าว โดยเน้นวัตถุที่เป็นรูปธรรม คือการสันโดษด้วยจีวรพอคุ้มร่างกาย และบิณฑบาตพออิ่มท้อง พระพุทธเจ้าตรัสถึงภิกษุผู้สันโดษในสูตรนี้ว่า

"มหาบพิตร ภิกษุ ชื่อว่าเป็นผู้สันโดษเป็นอย่างไร คือ ภิกษุใน พระธรรมวินัยนี้ สันโดษด้วยจีวรพอคุ้มร่างกาย และบิณฑบาตอิ่มท้อง จะไป ณ ที่ใด ๆ ก็ไปได้ทันที เหมือนนกบินไป ณ ที่ใด ๆ ก็มีแต่ปีกเป็นภาระ มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าเป็นผู้สันโดษเป็นอย่างนี้แล" [๑๐]

การที่บุคคลผู้ปฏิบัติความเพียรประกอบด้วยศีล อินทรีย์สังวรมีสติสัมปัชชัญญะ และสันโดษในลักษณะที่กล่าวมาทั้งหมดนั้น พระพุทธเจ้า ตรัสว่า เป็นผู้ประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะ และอริยสันโดษ[๑๑] ซึ่งเป็นคุณสมบัติพื้นฐานจำเป็นของ ผู้ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียร เพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณดังกล่าวมาแล้วข้างต้น

บุคคลที่จะดำรงตนให้ประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ อริยอินทรียสังวรอริยสติสัมปัชชัญญะ และอริยสันโดษได้ดีนั้นจะต้องเป็นผู้มุ่งเนกขัมมะ หรือ บวชเป็นบรรพชิต

จากลักษณะขององค์คุณธรรมพื้นฐานสำคัญของผู้ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทั้ง ๔ อย่างดังกล่าว ข้างต้น จะเห็นได้ว่า องค์คุณธรรมแต่ละด้าน เช่น อริยศีลขันธ์ เป็นต้น เป็นข้อวัตรปฏิบัติสำหรับผู้ดำรงสมณเพศโดยเฉพาะ ผู้ที่เป็นฆราวาสยังครองเรือนอยู่ ยากที่จะประพฤติปฏิบัติตามได้เพราะว่าชีวิตฆราวาสนั้นเป็นเรื่องอึดอัด ไม่มีเวลาว่างเพื่อจะทำกุศลธรรมพระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ว่า ถึงแม้เรือนจะมีเนื้อที่กว้างขวางถึง ๖๐ ศอก มีบริเวณภายในบ้านตั้ง ๑๐๐ โยชน์ มีคนอยู่อาศัยเพียง ๒ คน คือ สามี ภรรยา ก็ยังถือว่าอึดอัด เพราะต้องคอยมีความกังวลห่วงใยกันและกัน แต่

---

[๑๐] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๕ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๕ / ๗๒.

[๑๑] ตามนัย **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๖ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๖ / ๗๒.

ชีวิตของนักบวช เป็นชีวิตที่ปลอดโปร่ง เพราะไม่มีความยึดติดในสิ่งใด ๆ เลย [๑๒] ดังนั้น ชีวิตของบรรพชิตหรือนักบวช จึงเป็นชีวิตที่สามารถเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิต สามารถดำรงตนอยู่ในกรอบของ อริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปชัญญะ และอริยสันโดษได้ดี สามารถบำเพ็ญเพียรจนบรรลุธรรมขั้นสูง สามารถที่จะบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณและญาณอื่น ๆ จนถึงอาสวักขยญาณได้

ในเรื่องนี้ แม้พระพุทธเจ้า ก็ทรงเห็นว่า การครองเรือนเป็นเรื่องอึดอัด เป็นทางแห่งธุลี ส่วนการบวชเป็นทางปลอดโปร่ง ดังเนื้อความตอนหนึ่งในสามัญญผลสูตรว่า

> " คหบดี ... การอยู่ครองเรือนเป็นเรื่องอึดอัด เป็นทางแห่งธุลี การบวชเป็นทางปลอดโปร่ง การที่ผู้ครองเรือนจะประพฤติพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ครบถ้วนดุจสังข์ที่ขัด ไม่ใช่ทำได้ง่าย " [๑๓] เป็นต้น

๓.๒.๒.๒ การอยู่ในเสนาสนะที่เงียบสงัด เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร

การปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียร มีความจำเป็นจะต้องอาศัยสิ่งแวดล้อมเป็นตัวประกอบหนุน ช่วยเอื้อให้การปฏิบัติบรรลุผล การบำเพ็ญเพียรอยู่ในสถานที่อันเป็นสัปปายะที่เหมาะกับการปฏิบัติธรรม อันได้แก่ สถานที่พักอันมีความเงียบสงัดปราศจากสิ่งรบกวน จึงเป็นความจำเป็นเบื้องต้นสำหรับผู้ปฏิบัติธรรม สถานที่พำนักหรือเสนาสนะที่เงียบสงัด เป็นบรรยากาศที่หนุนช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิตเกิดสมาธิได้ง่าย ในพระสุตตันตปิฎก ได้กล่าวถึงเสนาสนะอันเงียบสงัดไว้หลายสูตร ซึ่งมีนัยเดียวกัน ได้แก่สถานที่ ๙ ประการ ดังต่อไปนี้ คือ[๑๔]

๑) ป่า
๒) โคนไม้
๓) ภูเขา
๔) ซอกเขา
๕) ถ้ำ

---

[๑๒] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๒๒๐ / ๗๔.

[๑๓] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๑๙๑ / ๖๔. (บาลี) ๙ / ๑๙๑ / ๖๓.

[๑๔] เช่นใน **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๖ / ๗๓, **องฺ. ปญฺจก.** (ไทย) ๒๒ / ๗๖ / ๑๓๗. เป็นต้น

๖) ป่าช้า

๗) ป่าชัฏ หรือ ป่าทึบ

๘) ที่แจ้ง และ

๙) ลอมฟาง

ซึ่งสถานที่เหล่านี้ ต้องเป็นสถานที่หลีกเร้น ห่างไกลจากการรบกวนของผู้คน

หลักการสำคัญของการอาศัยอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัด เช่น ป่า เป็นต้น ก็เพื่อ มุ่งให้เกิดผลทางด้านจิตใจเป็นสำคัญ การเลือกอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดนี้ พระพุทธเจ้า ทรงตรัสแนะนำภิกษุผู้ปฏิบัติธรรมให้เลือกอยู่ในสถานที่อันเงียบสงัด เมื่อพำนักอยู่แล้ว จะช่วยเกื้อหนุนให้บรรลุธรรมอันเกษมได้ ตัวอย่างเช่นในวนปัตถสูตร พระพุทธเจ้า ทรงแนะนำลักษณะของป่าทึบที่ควรพำนักปฏิบัติว่า

> " ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เข้าไปอยู่อาศัยป่าทึบแห่งใดแห่งหนึ่ง เมื่อเธอเข้าไปอยู่อาศัยป่าทึบนั้น สติที่ยังไม่ปรากฏก็ปรากฏ จิตที่ยังไม่ตั้งมั่นก็ตั้งมั่น อาสวะที่ยังไม่สิ้นก็สิ้นไป และภิกษุนั้นก็บรรลุธรรม อันเป็นแดนเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมที่ยังไม่ได้บรรลุ... ภิกษุนั้น ควรอยู่ในป่าทึบนั้นจนตลอดชีวิต ไม่ควรหลีกไป " [๑๕]

ในแง่ตรงกันข้าม ความไม่สงัด การคลุกคลีกับหมู่คณะ ก็จะเป็นเหตุทำให้ผู้ปฏิบัติไม่สามารถบรรลุธรรมที่ควรบรรลุ เช่น เจโตวิมุตติ เป็นต้น ในการนี้ พระพุทธเจ้า ทรงตรัสเตือนพวกภิกษุที่ชุมนุมกันอยู่ในที่พักของภิกษุเจ้าฆาฏยศากยะว่า การคลุกคลีด้วยหมู่คณะ เป็นสิ่งที่ไม่งามและทำให้การบรรลุธรรมที่ควรบรรลุ เช่นสัมโพธิสุขและเจโตวิมุตติเป็นต้นสำเร็จได้ยาก และมีหลักฐานยืนยันถึงโทษของการคลุกคลี การรวมกลุ่มกันอยู่มากๆ ตามที่ปรากฏในมหาสุญญตสูตรว่า

ในสมัยจีวรกาล ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่พระภิกษุช่วยกันทำจีวร ก็มีภิกษุจำนวนมากมารวมกันในที่อยู่(วิหาร)ของภิกษุรูปหนึ่งชื่อกาฬเขมกศากยะ พระพุทธองค์ก็รับสั่งกับพระอานนท์พุทธอุปัฏฐากว่า การที่ภิกษุยินดีพอใจกับการคลุกคลีด้วยหมู่คณะ ชอบรวมพวกรวมหมู่และบันเทิง (น่าจะหมายถึงการสรวลเสเฮฮา ร่าเริง) อยู่ในหมู่คณะเป็นสิ่งที่ไม่งามเลย และเป็นไปไม่ได้ที่ภิกษุผู้ยินดีพอใจด้วยการคลุกคลีด้วยหมู่คณะจักเป็นผู้ได้เนกขัมมสุข ปวิเวกสุขสัมโพธิสุข ตามปรารถนา

---

[๑๕] **ม.มู.** (ไทย) ๑๒ / ๑๙๔ / ๒๐๖. (บาลี) ๑๒ / ๑๙๔ / ๑๖๔

หรือแม้แต่การบรรลุเจโตวิมุติซึ่งเกิดตามสมัยอันน่ายินดี หรือการบรรลุโลกุตตรมรรค ก็เป็นไปไม่ได้ แต่ถ้าหากภิกษุ หลีกออกจากคณะ ประพฤติปฏิบัติธรรมอยู่ตามลำพัง ก็พึงหวังบรรลุความสุข บรรลุเจโตวิมุติ หรือ บรรลุโลกุตรมรรคได้[๑๖]

จะเห็นได้ว่า การพักอยู่ในเสนาสนะที่เงียบสงัด หลีกเร้นจากหมู่คณะ จะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนการปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรที่สำคัญยิ่ง พระพุทธเจ้า จึงทรงตรัสเตือนให้ภิกษุทั้งหลายเห็นความสำคัญของการพักอยู่ในเสนาสนะที่เงียบสงัด ดังที่กล่าวมาแล้ว

๓.๒.๒.๓ การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียร

การปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียร ผู้ปฏิบัติจะต้องอุทิศเวลาทุ่มเทแรงกายแรงใจเพื่อปฏิบัติอย่างจริงจังอยู่ตลอดเวลา ในพระสูตรหลายๆ แห่งได้แสดงเรื่องนี้ไว้ว่า เมื่อภิกษุพักอยู่ ณ เสนาสนะอันเงียบสงัด หลังจากเสร็จภารกิจประจำวัน บิณฑบาตและฉันอาหารเสร็จแล้ว ก็นั่งขัดสมาธิ ฝึกจิต ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ด้วยการบำเพ็ญเพียร ดังเช่นเนื้อความในสามัญญผลสูตรตอนหนึ่งว่า

> " ภิกษุนั้น ประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปชัญญะ และอริยสันโดษอย่างนี้แล้ว พักอยู่ ณ เสนาสนะเงียบสงัด คือ ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอก ถ้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง ลอมฟาง เธอกลับจากบิณฑบาต ภายหลังฉันอาหารเสร็จแล้ว นั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงจิตเฉพาะหน้า " [๑๗] เป็นต้น

การตั้งใจปฏิบัติ หรือ ตั้งสติมุ่งต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐาน เป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญ ดังเช่นพระพุทธเจ้า ทรงตรัสกับพระสารีบุตรเถระเกี่ยวกับความงามของป่า ย่อมงามด้วยความเพียรในการปฏิบัติธรรมของภิกษุไว้ในมหาโคสิงคสูตรว่า

---

[๑๖] **ม.อุ.** (ไทย) ๑๔ / ๑๘๖ / ๒๒๒. (บาลี) ๑๔ / ๑๘๖ / ๑๖๐.

[๑๗] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๖ / ๗๓. (บาลี) ๙ / ๒๑๖ / ๗๒.

"... สารีบุตร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ กลับจากบิณฑบาต ภายหลังฉันภัตตาหารเสร็จแล้ว นั่งคู้บัลลังค์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้าว่า 'จิตของเรายังไม่หมดความถือมั่น (และ) ไม่หลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายเพียงใด เราจะไม่ทำลายบังลังค์นี้เพียงนั้น' สารีบุตร ป่าโคสิงคสาลวัน พึงงามด้วยภิกษุเช่นนี้ "[๑๘]

ส่วนในมหาอัสสุปุรสูตร พระพุทธเจ้า ทรงตรัสกิจที่ควรทำของภิกษุว่า ภิกษุ ควรสำเนียกในการประกอบความเพียร มุ่งชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลสด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งสมาธิ ตลอดวันและทั้ง ๓ ยามแห่งราตรีว่า

"เธอทั้งหลาย ควรสำเนียกอย่างนี้ว่า 'เราทั้งหลาย จักเป็นผู้ประกอบความเพียรเป็นเครื่องตื่นอย่างต่อเนื่อง จักชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรมและการนั่งตลอดวัน จักชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมเป็นเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปฐมยามแห่งราตรี สำเร็จการนอนดุจราชสีห์โดยตะแคงข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปัชชัญญะหมายใจว่าจะลุกขึ้นตลอดมัชฌิมยามแห่งราตรี ลุกขึ้นชำระจิตให้บริสุทธิ์จากธรรมเป็นเครื่องขัดขวางด้วยการเดินจงกรม ด้วยการนั่งตลอดปัจฉิมยามแห่งราตรี' เราขอบอกเธอทั้งหลาย ขอเตือนเธอทั้งหลาย เมื่อกิจที่ควรทำให้ยิ่งขึ้นไปยังมีอยู่ ประโยชน์จากความเป็นสมณะที่เธอทั้งหลายปรารถนา อย่าได้เสื่อมไปเลย "[๑๙]

ส่วนพระอรรถกถาจารย์ ได้อธิบายการมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียร หรือการปรารถนาความเพียรนี้ว่า ได้แก่ ความเพียรพยายามทั้งทางกายและทางจิต ในการปฏิบัติกัมมัฏฐานเพื่อชำระจิตให้บริสุทธิ์ตลอดทั้งคืนและวัน[๒๐]

จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิตเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณนี้ นอกจากภิกษุผู้ปฏิบัติจะมีคุณสมบัติพื้นฐานทั้งอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะ อริยสันโดษ และพักอยู่ ณ เสนาสนะอันเงียบสงัด เหมาะแก่การปฏิบัติธรรมแล้ว การ

---

[๑๘] ม.มู. (ไทย) ๑๒ / ๓๔๕ / ๓๗๕. (บาลี) ๑๒ / ๓๔๕ / ๓๐๕.

[๑๙] ม.มู. (ไทย) ๑๒ / ๔๒๓ / ๔๕๖. (บาลี) ๑๒ / ๔๒๓ / ๓๗๔.

[๒๐] องฺ.เอก. อ. (บาลี) ๑ / ๔๓.

ประกอบความเพียรอย่างสม่ำเสมอ ไม่ย่อหย่อนตลอดทั้งวันและคืน ก็เป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งที่จะเกื้อหนุนให้ผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าบรรลุอภิญญาหรือวิชชาได้ง่ายขึ้น

๓.๒.๒.๔ การปฏิบัติ ฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ

ในบรรดาพระสูตรที่แสดงเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุการระลึกชาติได้จำนวน ๑๖ สูตร ที่กล่าวมาข้างต้น ท่านได้แสดงหลักธรรมโดยสรุปได้ ๒ ลักษณะ คือ

๑) แสดงหลักธรรมโดยระบุชื่อข้อธรรมโดยเฉพาะเจาะจง

พระสูตรที่ระบุข้อความที่ปฏิบัติเพื่อบรรลุอภิญญาหรือวิชชา (การระลึกชาติได้ เป็นคุณวิเศษข้อหนึ่งในอภิญญาหรือวิชชาดังกล่าว) โดยตรงนั้น ประกอบด้วย มหาสกุลุทายิสูตร ทันตภูมิสูตร ปุพพสูตร ปฐมอานันทสูตร โพชฌังคสูตร อนุปักกิเลสสูตร สังคารวสูตร ปัญจังคิกสูตร กายคตาสติสูตร เสขปฏิปทาสูตร โปตลิยสูตร อุทุมพริกสูตร และมหาอัสสุปุรสูตร

ในมหาสกุลุทายสูตร ท่านได้แสดงหลักธรรมข้อปฏิบัติเพื่อปฏิบัติให้บรรลุอภิญญาและวิชชาไว้ ๑๑ ประการ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ วิโมกข์ ๘ อภิภายตนะ ๘ กสิณายตนะ ๑๐ และฌาน ๔ โดยหลักธรรม ๗ หมวดแรก คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ และสามารถครอบคลุมหลักธรรมในสูตรที่เหลือในหมวดนี้ทั้งหมด ในการกล่าวถึงหมวดธรรมแต่ละหมวดทั้ง ๑๒ หมวด ที่กล่าวมาพระพุทธเจ้าทรงตรัส ถึงโดยทำนองเดียวกันว่า เพราะสาวกทั้งหลายได้ปฏิบัติตามข้อธรรมที่พระองค์ตรัสบอก เช่น สติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น จึงได้บรรลุที่สุดแห่งอภิญญาและอภิญญาบารมีอยู่นั่นก็คือ

เมื่อภิกษุปฏิบัติธรรมในหมวดสติปัฏฐาน ๔ แล้ว ย่อมสามารถบรรลุพระอรหัตผลและมีอภิญญาเป็นบารมี คือสามารถระลึกชาติได้ เห็นการเกิดดับของสรรพสัตว์ดังตัวอย่างเช่น พระพุทธเจ้า กล่าวเหตุอันเป็นที่ทำให้ พระองค์เป็นที่เคารพ สักการะ นับถือ บูชาของสาวก ที่ตรัสกับสกุลุทายีปริพาชก ตอนหนึ่งว่า

" อุทายี ... เราได้บอกข้อปฏิบัติแก่สาวกทั้งหลาย สาวกทั้งหลายของเราผู้ปฏิบัติตาม ย่อมเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ คือ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปัชชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ ฯลฯ
๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ฯลฯ
๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปัชชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการนี้แล สาวกทั้งหลายของเราเป็นอันมาก จึงได้บรรลุที่สุดแห่งอภิญญาและอภิญญาบารมีอยู่ ... " [๒๑] เป็นต้น

ในทันตสูตร พระพุทธเจ้ากล่าวถึงเฉพาะสติปัฏฐาน ๔ ว่า เมื่อเจริญแล้วสามารถทำให้ผู้เจริญเกิดจิตเป็นสมาธิ สามารถบรรลุฌาน ๔ และสามารถน้อมจิตไปเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถที่จะระลึกชาติได้ [๒๒]

ในปุพพสูตร พระพุทธเจ้า ตรัสว่า ภิกษุที่เจริญอิทธิบาท ๔ ด้วยฉันทสมาธิปธานสังวร วิริยสมาธิปธานสังวร จิตตสมาธิปธานสังวร และวิมังสาสมาธิปธานสังวร หรือ

---

[๒๑] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๒๔๗ / ๒๖๑. (บาลี) ๑๓ / ๒๔๗ / ๒๒๒.

[๒๒] **ม.อุ.** (ไทย) ๑๔ / ๒๒๐ / ๒๕๓. (บาลี) ๑๔ / ๒๒๐ / ๑๘๕.

สัมมาวายามะ ก็ย่อมทำให้ได้รับผลคือบรรลุอภิญญาหรือปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถระลึกชาติได้ [๒๓]

ในปฐมอานันทสูตร แสดงข้อยืนยันว่า อานาปานสติที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ทำสติปัฏฐาน ๔ ให้บริบูรณ์ ภิกษุ เจริญทำให้มากซึ่งสติปัฏฐาน ๔ แล้ว ย่อมทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ และเมื่อภิกษุบำเพ็ญเจริญทำให้มากซึ่งโพชฌงค์ ๗ แล้วย่อมทำให้บรรลุวิชชาและวิมุตติ [๒๔]

ในโพชฌังคสูตร อนุปักกิเลสสูตร และสังคารวสูตร พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันว่า เมื่อภิกษุเจริญหรือบำเพ็ญเพียร ทำให้มากซึ่งโพชฌงค์ ๗ ประการ ย่อมทำให้วิชชา ๓ บริบูรณ์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้แจ้งผลแห่งวิชชาและวิมุตติ นั้นก็คือสามารถที่จะระลึกชาติได้ ซึ่งเป็นคุณวิเศษข้อหนึ่งในวิชชานั่นเอง

ในปัญจังคิกสูตร ท่านกล่าวถึงหัวข้อธรรมที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว สามารถที่จะบรรลุอภิญญาและสามารถระลึกชาติได้ ก็คือ "สัมมาสมาธิ" โดยภิกษุจะต้องเจริญสัมมาสมาธิประกอบด้วยองค์ ๕ อันเป็นอริยะ คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌานและปัจจเวกขณนิมิต สัมมาสมาธิที่กล่าวถึงนี้ อีกแง่หนึ่งก็คือผลของการเจริญเจโตสมาธิที่ภิกษุปฏิบัติมาแล้วนั่นเอง ซึ่งเมื่อภิกษุเจริญสมาธิจนถึงจตุตถฌานแล้ว ย่อมสามารถที่จะน้อมจิตไปเพื่อวิชชาและอภิญญาได้

และในกายคตาสติสูตร พระพุทธเจ้าตรัสระบุข้อธรรมะที่ปฏิบัติเพื่อบรรลุการระลึกชาติได้ว่า ภิกษุเจริญกายคตาสติ (ซึ่งก็คือธรรมข้อหนึ่งในสติปัฏฐาน ๔) โดยทำให้มาก เจริญให้มาก ย่อมสามารถหวังผลได้ (อานิสงส์) ๑๐ ประการ เช่น การได้หูทิพย์ ตาทิพย์ และการระลึกชาติได้เป็นต้น

---

[๒๓] **สํ.ม.** (ไทย) ๑๙ / ๘๒๓ / ๓๙๓. (บาลี) ๑๙ / ๘๒๓ / ๒๓๐

[๒๔] **สํ.ม.** (ไทย) ๑๙ / ๙๘๗ / ๔๗๓. (บาลี) ๑๙ / ๙๘๙ / ๒๘๕.

๒) แสดงหลักธรรมโดยรวมหรือโดยสรุป

พระสูตรที่แสดงหลักธรรมปฏิบัติเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณในภาพรวม ไม่ได้ระบุหัวข้อธรรมเป็นการเฉพาะเจาะจง ได้แก่ อากังเขยยสูตร ภัททาลิสูตร และมหาวัจฉโคตตสูตร

ในอากังเขยยสูตร พระพุทธเจ้า ทรงตรัสสอนสาวกของพระพุทธเจ้าว่า หากภิกษุตั้งความหวังไว้ว่า จะระลึกชาติก่อนให้ได้หลาย ๆ ชาติ ก็พึงทำหรือปฏิบัติตนให้อยู่ในธรรม ๔ ประการ คือ ก. ทำศีลให้บริบูรณ์ ข. หมั่นประกอบเครื่องสงบใจภายในตน ค. ไม่เหินห่างจากฌาน และ ง. หมั่นประกอบวิปัสสนาเพิ่มพูนเรือนว่าง[๒๕] ซึ่งหลักธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ โดยสรุปก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นั่นเอง

ในภัททาลิสูตร พระพุทธเจ้า ตรัสว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ บำเพ็ญสิกขาให้บริบูรณ์ อยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัด ย่อมทำให้แจ้งซึ่งญาณทัสสนะอันประเสริฐ บรรลุฌาน ๔ ภิกษุนั้น สามารถน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณและญาณอื่นๆ ในวิชชา ๓ ได้[๒๖] ซึ่งสิกขาในที่นี้ก็คือ ไตรสิกขา อันได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยสรุปนั่นเอง

และในมหาวัจฉโคตตสูตร พระพุทธเจ้า ตรัสว่า ภิกษุเจริญธรรม ๒ ประการ คือสมถะและวิปัสสนา เมื่อเจริญให้มาก ทำให้ยิ่งขึ้นไปแล้วซึ่งสมถะและวิปัสสนา ก็จักเป็นไปเพื่อความรู้ธรรมธาตุหลายประการ เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่องแล้ว ภิกษุนั้น ก็สามารถน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ[๒๗] สมถะและวิปัสสนานี้ก็คือ ศีล สมาธิปัญญา นั่นเอง โดยศีลและสมาธิคือสมถะ ส่วนปัญญาคือวิปัสสนา[๒๘]

---

[๒๕] **ม.มู.** (ไทย) ๑๒ / ๖๘ / ๖๐. (บาลี) ๑๒ / ๖๘ / ๔๕.

[๒๖] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๑๓๙ / ๑๕๖. (บาลี) ๑๓ / ๑๓๙ / ๑๑๔.

[๒๗] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๑๙๗ /๒๓๕. (บาลี) ๑๓ / ๑๙๗ / ๑๗๖.

[๒๘] พุทธทาสภิกขุ, **ชีวิตเยือกเย็น (ชุดลอยประทุม)** , (กรุงเทพมหานคร : ธรรมทานมูลนิธิ, ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๗๗.

ดังตัวอย่างเช่นในมหาวัจฉโคตตสูตร ท่านวัจฉโคตร อุปสมบทแล้วไม่นานคือได้ประมาณกึ่งเดือน ก็ได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าถึงที่ประทับที่พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ และได้ทูลถามพระพุทธเจ้าว่า

" ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ผล ๓ เบื้องต่ำมีประมาณเท่าใด ซึ่งบุคคลจะพึงบรรลุด้วยญาณพระเสขะและด้วยวิชชาของพระเสขะ ผลนั้นทั้งหมด ข้าพระองค์บรรลุแล้ว ขอพระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมที่ยิ่งขึ้นไปแก่ข้าพระองค์เถิด "

พระผู้มีพระภาค ตรัสว่า

" วัจฉะ ถ้าเช่นนั้น เธอจงเจริญธรรม ๒ ประการ คือ ๑) สมถะ ๒) วิปัสสนา ให้ยิ่งขึ้นไปเถิด ธรรม ๒ ประการ คือ สมถะและวิปัสสนานี้ ซึ่งเธอเจริญให้ยิ่งขึ้นไปแล้ว จักเป็นไปเพื่อความรู้แจ้งธรรมธาตุหลายประการ วัจฉะ เธออาจจะหวังว่า 'เราคงระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ ๑ ชาติ บ้าง ๒ ชาติ บ้าง ฯลฯ ตลอดสังวัฏฏกัป และวิวัฏฏกัปเป็นอันมาก ...' เราระลึกชาติก่อนได้หลายชาติพร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวประวัติอย่างนี้ เมื่อเธอมีเหตุอยู่ เธอจักบรรลุความเป็นผู้สามารถในปุพเพนิวาสานุสสติญาณนั้นได้แน่ " [๒๙]

ครั้งนั้น ท่านวัจฉโคตร ชื่นชมยินดีพระภาษิตของพระผู้มีพระภาค ลุกจากอาสนะถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาค กระทำประทักษิณแล้วหลีกออกไปอยู่คนเดียว ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ ไม่นานนักได้ทำให้แจ้งซึ่งประโยชน์อันยอดเยี่ยมอันเป็นที่สุดแห่งพรหมจรรย์ เหล่ากุลบุตรผู้ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตโดยชอบ ต้องการด้วยปัญญาอันยิ่งเข้าถึงอยู่จบพรหมจรรย์ในปัจจุบัน ย่อมได้รู้ชัดว่า " ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้ต่อไปอีก "[๓๐]

ท่านวัจฉโคตร ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในบรรดาพระอรหันต์ทั้งหลาย

---

[๒๙] **ม.ม.** (ไทย) ๑๒ / ๑๙๘ / ๒๓๗. (บาลี) ๑๒ / ๑๙๘ / ๑๗๖.

[๓๐] **ม.ม.** (ไทย) ๑๒ / ๑๙๙ / ๒๓๘. (บาลี) ๑๒ / ๑๙๙ / ๑๗๗.

จากข้อธรรมะสำหรับปฏิบัติเพื่อบรรลุการระลึกชาติได้ทั้ง ๒ ลักษณะที่กล่าวมานั้นโดยกว้าง ๆ แล้ว สามารถสรุปลงได้ในอริยมรรค ๘ ประการ หรือหากจะกล่าวโดยย่อลงไปอีกก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และกล่าวให้สั้นลงไปอีกก็คือ สมถะและวิปัสสนา ซึ่งหลักธรรมที่เป็นข้อปฏิบัติทั้งหมดที่กล่าวมา ไม่ว่าชื่ออะไรก็ตามล้วนสามารถสรุปลงในอริยมรรค ๘ หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา หรือ สมถะและวิปัสสนาทั้งสิ้น

๓.๒.๒.๕ การบำเพ็ญเพียรทางจิตจนเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์และบรรลุธรรมชั้นสูงตามลำดับจนถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณ

ข้อปฏิบัติที่สำคัญอีกข้อหนึ่งของการบำเพ็ญเพียรทางจิตเพื่อบรรลุการระลึกชาติได้ ก็คือ ต้องปฏิบัติให้สอดคล้องหรือเป็นไปตามหลักการ นั่นคือ เมื่อผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรทางจิตด้วยหลักธรรมตามหัวข้อที่กล่าวมา เช่น สติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติความเพียรจนบรรลุผลตามลำดับคือ (ก) จิตเป็นสมาธิแน่วแน่ (ข) ละนิวรณ์ ๕ ได้ (ค) บรรลุฌาน ๔ (ง) จากจตุตถฌานแล้วน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ หากผู้ปฏิบัติไม่สามารถฝึกจิตจนบรรลุผลตามลำดับที่กล่าวมา ก็ไม่สามารถจะระลึกชาติได้ ซึ่งพอจะแสดงเนื้อหาดังนี้

สติปัฏฐาน ๔ : วิธีปฏิบัติกระแสหลักเพื่อบรรลุการระลึกชาติ

ในพระสุตตันตปิฎก ท่านได้แสดงการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน๔ไว้เป็นจำนวนมากมีทั้งแสดงวิธีปฏิบัติโดยย่อ เช่นในสติปัฏฐานสังยุต สังยุตนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๙ มีพระสูตรที่กล่าวถึงการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ โดยย่อ และผลของการปฏิบัติในแง่ต่าง ๆ รวมกันถึง ๑๐๒ สูตร และมีทั้งแสดงวิธีปฏิบัติโดยละเอียดหรือเต็มรูปไว้ในพระสูตรขนาดยาวจำนวน ๒ สูตร คือในมหาสติปัฏฐานสูตร ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ และใน สติปัฏฐานสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ ซึ่งพอจะแสดงวิธีปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ได้ ดังต่อไปนี้

(๑) ภิกษุในธรรมวินัยนี้ (หรือผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน) พักอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดแล้ว นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงจิตไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก

(๒) ภิกษุนั้น กำหนดเอาสติปัฏฐาน ๔ เป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน คือ ตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม โดย

๒.๑) พิจารณาเห็นกายในกาย แบ่งออกเป็น ๖ หมวด คือ

๑) พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้า ไหลออกของลมหายใจติดต่อกันเป็นลำยาว สั้นสลับกันไป

๒) พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาการเดิน ยืน นั่ง นอน ให้มีสติสัมปัชชัญญะ รู้ความเป็นไปของอิริยาบถนั้น ๆ

๓) พิจารณาสัมปัชชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การคู้แขนเข้า การเหยียดแขนออก โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปกิริยานั้น ๆ

๔) พิจารณากายเป็นสิ่งปฏิกูล คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายตน มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด

๕) พิจารณาธาตุ คือพิจารณาองค์ประกอบของกายออกเป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ให้เห็นโดยความเป็นธาตุ เหมือนคนฆ่าโค หรือ ลูกมือของคนฆ่าโค นั่งแบ่งอวัยวะของโคที่ฆ่าแล้วออกเป็นส่วน ๆ อย่างชำนาญ

๖) พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กันถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วันถึง ๓ วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่ามีสภาพอย่างเดียวกัน

๒.๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย คือ พิจารณาความรู้สึกที่เกิดขึ้นในตนเอง ๙ ประการ คือ

๑) เมื่อเกิดความรู้สึกสุข ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา

๒) เมื่อเกิดความรู้สึกทุกข์ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนา

๓) เมื่อเกิดความรู้สึกไม่ทุกข์ไม่สุข ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา

๔) เมื่อเกิดความรู้สึกสุขเพราะมีเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส

๕) เมื่อเกิดความรู้สึกสุขโดยไม่อาศัยเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า

เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส

๖) เมื่อเกิดความรู้สึกทุกข์เพราะมีเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส

๗) เมื่อเกิดความรู้สึกทุกข์โดยไม่มีเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส

๘) เมื่อเกิดอทุกขมสุขเวทนาเพราะมีเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนามีอามิส

๙) เมื่อเกิดอทุกขมสุขเวทนาโดยไม่มีเหยื่อล่อ ก็รู้ชัดว่า เราเสวย อทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส

๒.๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต คือการพิจารณาจิตของตน เมื่อจิตมีสภาวะเป็นอย่างไร ก็รู้ชัดซึ่งสภาวะของจิตที่เกิดขึ้นในตนในขณะนั้น ๆ มี 16 ประการ ได้แก่

๑) จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ

๒) จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ

๓) จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ

๔) จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ

๕) จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ

๖) จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ

๗) จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า จิตหดหู่

๘) จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน

๙) จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ

๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ

๑๑) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า

๑๒) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

๑๓) จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสมาธิ

๑๔) จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นสมาธิ

๑๕) จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้นแล้ว

๑๖) จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น

๒.๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ พิจารณาว่า ในขณะนั้น ๆ มีธรรมอะไรเกิดอยู่ในจิตของตน ก็รู้ชัดถึงธรรมนั้น แบ่งเป็น ๕ หมวด คือ

๑) หมวดนิวรณ์ ๒) หมวดขันธ์

๓) หมวดอายตนะ ๔) หมวดโพชฌงค์

๕) หมวดสัจจะ

การพิจารณาธรรม เช่น การพิจารณานิวรณ์ ๕ เมื่อมีกามฉันทะภายใน ก็รู้ชัดว่า 'กามฉันทะภายในของเรามีอยู่' เมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า 'กามฉันทะ ภายในของเราไม่มีอยู่' นอกจากนี้ยังพิจารณาให้รู้ความเกิดแห่งกามฉันทะ ความดับแห่งฉันทะ และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งฉันทะนั้นด้วย

(๓) เมื่อภิกษุหรือผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานด้วยสติปัฏฐาน ๔ อยู่ ย่อมเกิดปราโมทย์ ปีติ และกายสงบเมื่อกายสงบ ย่อมได้รับความสุข เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น [๓๑] (เป็นสมาธิและสามารถละนิวรณ์ ๕ ประการได้)

(๔) ภิกษุนั้น สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ... บรรลุทุติยฌาน ... บรรลุตติยฌาน ... บรรลุจตุตถฌาน (ตามลำดับ)

(๕) เมื่อบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ ย่อมมีใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องนั่งแผ่ไปทั่วกาย ไม่มีส่วนไหนของกายที่ใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องไม่ถูกต้องเมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดังเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุนั้น น้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถระลึกชาติก่อนได้หลายชาติและสามารถน้อมจิตไปเพื่อบรรลุญาณอื่น ๆ เช่น มโนมยิทธิญาณ อิทธิวิธญาณ ทิพพจักขุญาณ ตลอดจนอาสวักขยญาณ อันเป็นญาณในหมวดวิชชา ๘ วิชชา ๓ และอภิญญาได้ [๓๒]

---

[๓๑] ภิกขุนูปัสสยสูตร. **สํ.ม.** (ไทย) ๑๙ / ๓๗๖ / ๒๒๖. และดูสามัญญผลสูตร. **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๒๕ / ๗๕.

[๓๒] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๒๖ –๒๔๖ / ๗๕ – ๘๔. (บาลี) ๙ / ๒๒๖ - ๒๔๖ / ๗๔ - ๘๒.

ดังนั้น วิธีการปฏิบัติเพื่อการระลึกชาติในส่วนนี้ ผู้ปฏิบัติต้องบำเพ็ญเพียรทางจิต จนจิตเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์ ๕ ได้ และบรรลุธรรมตามลำดับ คือ ฌาน ๔ เมื่อบรรลุถึงจตุตถฌานแล้ว ก็น้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ หรือ อภิญญาและวิชชาข้ออื่น ๆ ถ้าเป็นผู้มีกิเลสเบาบาง เมื่อบรรลุฌาน ๔ แล้วก็น้อมจิตไปเพื่อบรรลุปพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ ทำลายกิเลส บรรลุอาสวักขยญาณต่อไป

ขั้นตอนการปฏิบัติจนบรรลุธรรมขั้นสูง สามารถบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จนถึงอาสวักขยญาณนั้น ในพระสุตตันตปิฎก ได้แสดงขั้นตอนการปฏิบัติไว้อย่างชัดเจนในสามัญญผลสูตร อัมพัฏฐสูตร โสณทัณฑสูตร มหาสีหนาทสูตร จูฬหัตถิปโทปมสูตร กัณฑรกสูตร เทวทหสูตร และ อัตตันตปสูตร รวม ๘ สูตร ซึ่งสามารถที่จะวิเคราะห์และนำมาเรียบเรียงเป็นขั้นตอนของการปฏิบัติตั้งแต่เริ่มต้น จนบรรลุผลในขั้นสูง คือปุพเพนิวาสานุสสติญาณ จุตูปปาตญาณ และอาสวักขยญาณได้ ดังนี้

๑) ภิกษุ ผู้สมบูรณ์ด้วยองค์คุณธรรมพื้นฐาน อันประกอบด้วยอริยศีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะ และอริยสันโดษ พักอยู่ในเสนาสนะอันสงัด .ซึ่งได้แก่ ป่า โคนไม้ ภูเขา ซอกเขา ถ้ำ ป่าช้า ป่าชัฏ ที่แจ้ง และลอมฟาง เมื่อกลับจากบิณฑบาตร ฉันอาหารเสร็จแล้ว ก็ปฏิบัติสมาธิ[๓๓]

๒) ภิกษุนั้น ปฏิบัติสมาธิจนมีจิตแน่วแน่ ละนิวรณ์ ๕ คือ อภิชฌา พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ และวิจิกิจฉา อันเป็นสิ่งกีดขวางจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรมได้แล้ว ก็เกิดความเบิกบานใจ มีปีติ มีกายสงบ มีความสุข และมีจิตตั้งมั่น[๓๔]

๓) เมื่อภิกษุมีจิตตั้งมั่น สงัดจากกามและอกุศลกรรมบถทั้งหลายแล้ว ก็บรรลุปฐมฌาน (ฌานที่ ๑ มีองค์ ๕ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตา) มีกายชุ่มชื่นเอิบอิ่มด้วยปีติและสุขอันเกิดจากวิเวก รู้สึกซาบซ่านอยู่ทั่วกาย[๓๕]

---

[๓๓] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๖ / ๗๔ (บาลี) ๙ / ๒๑๖ / ๗๒.

[๓๔] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๑๗ / ๗๔. (บาลี) ๙ / ๒๑๗ / ๗๒.

[๓๕] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๒๖ / ๗๕. (บาลี) ๙ / ๒๒๖ / ๗๔.

๔) เมื่อภิกษุบรรลุปฐมฌานแล้ว ต่อมาวิตกวิจารระงับไป มีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่ง บรรลุทุติยฌาน (ฌานที่ ๒ มีองค์ ๓ คือ ปีติ สุข และเอกัคคตา) ไม่มีวิตกวิจาร มีกายชุ่มชื่นเอิบอิ่มด้วยปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่[๓๖]

๕) เมื่อภิกษุบรรลุทุติยฌานแล้ว ต่อมาเมื่อปีติจางคลายไป ภิกษุนั้น มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌาณ (ฌานที่ ๓ มีองค์ ๒ คือ สุขและเอกัคคตา) เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข มีกายชุ่มชื่นเอิบอิ่มด้วยสุข[๓๗]

๖) เมื่อภิกษุบรรลุตติยฌานแล้ว ต่อมาเมื่อโสมนัสและโทมนัสดับไป ภิกษุนั้น ละสุขละทุกข์ได้ ภิกษุนั้น ก็บรรลุจตุตถฌาน (ฌานที่ ๔ มีองค์ ๒ คือ อุเบกขาและเอกัคคตา) มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ มีใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่องไปทั่วกาย[๓๘]

๗) เมื่อภิกษุมีจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลส ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้แล้ว ภิกษุนั้น ก็สามารถน้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะ(วิปัสสนาญาณ)รู้และเห็นร่างกายของตนตามความเป็นจริงและไม่เที่ยงแท้... สามารถที่น้อมจิตไปเพื่อมโนมยิทธิญาณ สามารถเนรมิตกายที่เกิดแต่ใจ ... สามารถน้อมจิตไปเพื่ออิทธิวิธญาณ แสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง เช่น คนเดียวแสดงเป็นคนหลายคนได้ หายตัวได้ ผุดขึ้นหรือดำลงในแผ่นดินได้ เป็นต้น ... สามารถน้อมจิตไปเพื่อทิพพโสตธาตุญาณ สามารถได้ยินเสียงทิพย์ และเสียงมนุษย์ทั้งอยู่ใกล้และไกลด้วยหูทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์...สามารถน้อมจิตไปเพื่อเจโตปริยญาณ สามรถกำหนดรู้จิตของสัตว์และคนอื่นด้วยของตนได้... สามารถน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถระลึกชาติก่อนได้ คือสามารถระลึกได้ตั้งแต่ ๑ ชาติ ๒ ชาติ ไปจนถึงหลายแสนชาติ ... สามารถน้อมจิตไปเพื่อทิพพจักขุญาณหรือจุตูปปาตญาณ สามารถเห็นหมู่สัตว์ที่กำลังเกิด กำลังตาย ทุกชนิดทุกประเภทด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์...และสามารถน้อมจิตไปเพื่ออาสวักขยญาณ รู้อริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง มีจิตหลุดพ้นจากอาสวะทั้งสิ้นทั้งปวง บรรลุอรหัตผล หลุดพ้นแล้ว รู้ได้ว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้ต่อไปอีก[๓๙]

---

[๓๖] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๒๘ / ๗๖. (บาลี) ๙ / ๒๒๘ / ๗๕.

[๓๗] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๓๐ / ๗๖. (บาลี) ๙ / ๒๓๐ / ๗๕.

[๓๘] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๓๒ / ๗๗. (บาลี) ๙ / ๒๓๒ / ๗๖.

[๓๙] **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๓๔ - ๒๔๘ / ๗๗ - ๘๔. (บาลี) ๙ / ๒๓๔ - ๒๔๘ / ๗๗ - ๘๔.

ตามขั้นตอนที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า ผู้ปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณและอาสวักขยญาณ จะต้องบำเพ็ญเพียรปฏิบัติธรรมตามขั้นตอน เริ่มต้นจากมีองค์คุณสมบัติพื้นฐานเป็นผู้มีศีล มีอินทรีย์สังวร มีสติสัมปัชชัญญะ และสันโดษ อันเป็นอริยะ อยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดมุ่งหน้าบำเพ็ญสมาธิ ละนิวรณ์ ๕ บรรลุฌาน ๔ แล้วน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณและอาสวักขยญาณในที่สุด ตามลำดับ ไม่สามารถที่จะปฏิบัติข้ามลัดขั้นตอนเหล่านี้ได้

๓.๓ สรุป

วิธีการเพื่อสร้างความสามารถในระลึกชาติมีหลายวิธี เช่นการระลึกได้เอง การสะกดจิต หรือถูกสะกดจิต และการปฏิบัติจนจิตเป็นสมาธิบรรลุฌานสมาบัติ ได้ญาณและอภิญญา ผู้วิจัยได้เสนอวิธีการที่ ๓ ที่มีผู้สามารถปฏิบัติได้ผลจริง ทั้งเป็นนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนา และพุทธสาวกในพระพุทธศาสนา ด้วยปฏิบัติสมาธิจิตสงบแล้วก็สามารถระลึกชาติได้ โดยวิธีการไม่แตกต่างกัน คือผ่านทางจิตที่เป็นสมาธิเป็นฐานหลัก แต่วิธีการทางพระพุทธศาสนา มีวิธีการหลัก และวิธีการเสริมด้วยการปฏิบัติตามหมวดธรรมต่างๆ ปฏิบัติเพื่อบรรลุปุพเพนิวาสนุสสติญาณ สรุปแล้วมี ๕ ขั้นตอน

๑. การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะและอริยสันโดษ
๒. การอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดที่เหมาะกับการบำเพ็ญเพียร
๓. การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียรทางจิต
๔. การปฏิบัติ ฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ
๕. การบำเพ็ญเพียรทางจิตจนเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์และบรรลุธรรมชั้นสูง ตามลำดับจนถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณ

ข้อที่น่าสังเกตก็คือว่า ผู้ที่บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ สามารถระลึกชาติได้จะต้องมีพื้นฐานเป็นผู้ที่สามารถขจัดนิวรณ์ ๕ แล้ว มีกายสงบ มีจิตตั้งมั่น และลักษณะสำคัญของผู้ที่มีกายสงบ มีจิต ตั้งมั่น ก็คือ เป็นผู้ที่สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งปวง และต้องน้อมจิตอธิษฐานเพื่อการบรรลุญาณระลึกชาติด้วยดังนั้น ผู้ที่ระลึกชาติได้ ในทัศนะของพระพุทธศาสนา จึงต้องเป็นผู้ที่มีจิตสงัดจากกามและอกุศลธรรม ทั้งหลาย ซึ่งถือว่าเป็นขั้นตอนการควบคุมจิตให้นิ่ง เมื่อจิตนิ่งก็เกิด

พลังพิเศษได้ แต่การบรรลุพลังพิเศษแค่การระลึกชาติ หรืออภิญญา ๕ ประการก็ยังเสื่อมได้ เพราะเป็นโลกิยอภิญญา หากต้องการผลที่ยั่งยืนก็ต้องบำเพ็ญวิปัสสนาปัญญาจนจิตหลุดพ้นจากอาสวะกิเลส ความสามารถพิเศษดังกล่าวก็จะไม่เสื่อม

ดังนั้น วิธีการระลึกชาติของนักบวชหรือบุคคลในพระพุทธศาสนา หรือ บุคคลที่จะสามารถระลึกชาติได้ตามแนวทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏหลักฐานในพระสุตตันตปิฎกส่วนมากเป็นผู้ที่ดำรงเพศเป็นบรรพชิต แล้วปฏิบัติบำเพ็ญเพียรจนจิตเป็นสมาธิขั้นสูง สามารถละนิวรณ์ ๕ บรรลุฌาน ๔ เมื่อยกระดับจิตสู่จตุตถฌานแล้ว ก็สามารถน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (การระลึกชาติได้) และสามารถบำเพ็ญเพียรต่อไปจนบรรลุถึงอาสวักขยญาณเป็นพระอรหันต-ขีณาสพ หมดสิ้นอาสวะกิเลสได้โดยสิ้นเชิงในที่สุด

วิธีการระลึกชาติที่กล่าวมานี้ เป็นวิธีที่บุคคลทั่วไปสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ และจากหลักการและแนวคิดเกี่ยวกับการระลึกชาติได้ที่กล่าวมาก็จะเป็นแรงกระตุ้นให้บุคคลสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์ได้ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอในบทที่ ๔ ต่อไป.

บทที่ ๔

แนวทางการประยุกต์หลักและวิธีการระลึกชาติในชีวิตประจำวัน

๔.๑ ความนำ

แนวคิดเกี่ยวกับการระลึกชาติได้ในพระสุตตันตปิฎก ตามที่ได้นำเสนอในบทก่อนหน้านี้ ทำให้ได้ทราบแนวคิดพื้นฐาน หลักการ ลักษณะของการระลึกชาติ และวิธีการปฏิบัติเพื่อการบรรลุการระลึกชาติได้ มีตัวอย่างบุคคลผู้ปฏิบัติตามหลักการและวิธีการดังกล่าวแล้วสามารถบรรลุการระลึกชาติได้จริง จึงสามารถยืนยันตามหลักฐานว่า การระลึกชาติได้ เป็นสิ่งที่มีจริง ในพระพุทธศาสนาปรากฏเรื่องราวเกี่ยวกับการระลึกชาติจำนวนไม่น้อยกว่า ๖๐๐ สูตร

อย่างไรก็ตาม ความสามารถระลึกชาติได้นี้ ถึงแม้จะมีความชัดเจนในด้านแนวคิด หลักการ และวิธีการปฏิบัติ ก็ใช่ว่าจะมีผู้ที่สามารถปฏิบัติตามแล้วบรรลุได้โดยง่าย การพิสูจน์ความจริงในเรื่องนี้ จะต้องพิสูจน์ด้วยการปฏิบัติอย่างจริงจัง ดังพระพุทธดำรัสว่า

> " ภิกษุทั้งหลาย ธรรมเหล่านี้แล ลึกซึ้ง เห็นได้ยาก รู้ตามได้ยาก สงบ ประณีต ใช้เหตุผล คาดคะเนเอาไม่ได้ ละเอียด รู้ได้เฉพาะบัณฑิต ... ซึ่งตถาคตรู้แจ้งได้เอง แล้วสั่งสอนให้ผู้อื่นรู้แจ้งตาม อันเป็นเหตุให้คนกล่าวยกย่องตถาคตถูกต้องตามความเป็นจริง "[๑๒].

จุดมุ่งหมายของคำสอนเรื่องการระลึกชาติที่สัมพันธ์กับการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และการเวียนว่ายเกิดเวียนของสรรพสัตว์ย่อมเป็นไปตามพลังอำนาจของกรรมที่ผู้ยังมีกิเลสได้กระทำลงไป ก็ตรัสสอนเน้นเรื่องศีลธรรม จริยธรรม ที่เป็นพื้นฐานแห่งการสร้างคุณธรรมข้ออื่นๆให้เจริญงอกงาม กล่าวโดยสรุปก็คือ เพื่อสั่งสอนสาวกให้เห็นภัยในวัฏฏสงสาร พยายามปฏิบัติตน พัฒนาตนด้วยศีลธรรมและคุณธรรมข้ออื่นๆ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านไม่ดี หันมาสู่ทิศทางที่ถูกต้อง ทำนองคลองธรรม ก็จะสามารถถอนตนจากห้วงสังสารทุกข์ได้

---

[๑๒] **ที. สี.** (ไทย) ๙ / ๓๗ / ๑๖. (บาลี) ๙ / ๓๗ / ๑๗.

ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยนอกจากจะศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาของแนวคิด หลักการและวิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุการระลึกชาติจากพระสุตตันตปิฎกแล้ว ยังได้ศึกษาเสนอประเด็นของหลักคำสอนเรื่องการระลึกชาติที่สามารถจะนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเด็นเรื่องกฎแห่งกรรมและความเชื่อเรื่องการระลึกชาติที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงพัฒนาพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งมีเนื้อหาตามที่จะนำเสนอต่อไปนี้

๔.๒ การระลึกชาติกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

การระลึกชาติมีประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม ถ้าบุคคลเข้าใจหลักคำสอนเรื่องการระลึกชาติที่สัมพันธ์กับหลักสังสารวัฏ และกฎแห่งกรรมแล้ว ย่อมสามารถนำมาเป็นหลักคิดเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านไม่ดีของตน สามารถละเลิกพฤติกรรมทางลบอื่นๆได้ ด้วยเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมาด้วยการเข้าใจหลักธรรมต่าง ๆ ต่อไปนี้

๔.๒.๑ กฎแห่งกรรมกับพฤติกรรมของมนุษย์ตามหลักฐานที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก

พุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สอนหลักของความจริงที่ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงรวมทั้งชีวิตของคนเราด้วย ล้วนเป็นไปตามหลักธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย เป็นเรื่องของปัจจัยสัมพันธ์หรือเป็นไปตามหลักแห่งปฏิจจสมุปบาท และสอนว่า ความสุข ความทุกข์ ในชีวิตของมนุษย์ขึ้นอยู่กับการกระทำหรือเหตุปัจจัย สิ่งที่มนุษย์กระทำย่อมเป็นเหตุให้เกิดความสุขหรือความทุกข์ หาได้ขึ้นอยู่กับเทพเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆไม่ [๑๓] ในจูฬกัมมวิภังคสูตร พระพุทธเจ้า ตรัสยืนยันไว้อย่างชัดเจนว่า กรรม เป็นเหตุปัจจัยให้มนุษย์มีความสุข ความทุกข์, มีอายุยืนหรืออายุสั้น, มีผิวพรรณงามหรือทราม มีโรคมากหรือโรคน้อย มีปัญญาดีหรือปัญญาทราม เป็นต้นแตกต่างกันไป[๑๔] ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับปฏิปทาหรือพฤติกรรมที่มนุษย์เราเองประพฤติปฏิบัตินั้นเอง และการที่พระพุทธศาสนามีคำสอน

---

[๑๓] สํ.นิ. (ไทย) ๑๖ / ๖๑ / ๑๑๕. (บาลี) ๑๖ / ๖๑ / ๕๒.

[๑๔] ม.อุ. (ไทย) ๑๔ / ๒๘๙ - ๒๙๗ / ๓๔๙ – ๓๕๖. (บาลี) ๑๔ / ๒๘๙ - ๒๙๗ / ๒๖๑ - ๒๖๘.

เรื่องกรรมเป็นคำสอนพื้นฐานสำคัญนี้เอง จึงได้ชื่อว่าเป็น “กัมมวาท” ทั้งพระพุทธเจ้าก็ได้พระนามว่า “กัมมวาที” หมายถึง เป็นผู้มีปกติกล่าวกรรม หรือ เป็นผู้สอนเรื่องกรรมเป็นปกติ [๑๕] ด้วย

หลักปฏิจจสมุปบาท เป็นหลักที่แสดงให้เห็นถึงกระบวนการทำกรรมและการให้ผลของกรรม ซึ่งสามารถเรียกชื่อได้อีกลักษณะหนึ่งว่า “กฎแห่งกรรม” [๑๖] ในกระบวนการของกฎแห่งกรรมนี้ สามารถแยกส่วนออกเป็น ๓ วัฏฏะ คือ กิเลส กรรม และวิบาก กิเลสเป็นเหตุให้บุคคลทำกรรม กรรมเป็นการกระทำของมนุษย์ที่ประกอบไปด้วยเจตจำนง คือ เจตนา อาจเป็นได้ทั้งกรรมดี (กุศลกรรม) และกรรมชั่ว (อกุศลกรรม) ส่วนวิบากเป็นผลของกรรม หากบุคคลทำดีย่อมได้ผลดี บุคคลทำชั่วย่อมได้รับผลชั่ว[๑๗]

ในพระสุตตันตปิฎก มีพระสูตรจำนวนมากมายที่แสดงให้เห็นถึงการกระทำ และผลของการกระทำ ตัวอย่าง เช่น

๑) ในอกุศลมูลสูตร อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต พระพุทธเจ้า ตรัสว่า การกระทำที่ประกอบด้วยอกุศลมูล คือ โลภะ โทสะ โมหะ เป็นอกุศลกรรม ย่อมส่งผลให้เกิดความทุกข์ อยู่เป็นทุกข์ ลำบาก คับแค้น เดือดร้อนทั้งในปัจจุบัน แม้หลังจากตายแล้วย่อมมีทุคติเป็นที่หมาย ส่วนการกระทำที่ประกอบด้วยกุศลมูล คือ อโลภะ อโทสะ อโมหะ เป็นกุศลกรรม ย่อมไม่ก่อความทุกข์ให้เกิดทั้งกับผู้อื่นและตนเอง มีผลทำให้อยู่เป็นสุข ไม่ลำบาก ไม่คับแค้น ย่อมไม่เดือดร้อนทั้งในปัจจุบัน และอนาคต หากสามารถละอกุศลกรรมได้อย่างเด็ดขาด ผู้นั้นย่อมถึงนิพพานในอัตภาพปัจจุบัน[๑๘]

๒) ในวิปัตติสัมปทาสูตร อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต พระพุทธเจ้า ตรัสว่า บุคคลที่มีสีลวิบัติ จิตตวิบัติ และทิฏฐิวิบัติ คือเป็นคนที่ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พูดเท็จ

---

[๑๕] แสง จันทร์งาม, **ประทีปธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บรรณาคาร, ๒๕๒๖), หน้า ๑๕๗.

[๑๖] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๑๕๑. และดู **ม.ม.**(ไทย) ๑๓ / ๗๐๗ / ๑๖๘, **ขุ.สุ.** (ไทย) ๒๕ / ๓๘๒ / ๔๑๗.

[๑๗] **สํ.ส.** (ไทย) ๑๕ / ๑๐๓ / ๑๑๐ - ๑๑๑. (บาลี) ๑๕ / ๑๐๓ / ๖๘

[๑๘] **องฺ.ติก.** (ไทย) ๒๐ / ๗๐ / ๒๗๕ – ๒๗๙. (บาลี) ๒๐ / ๗๐ / ๑๘๖. (ไทย)๒๐ / ๑๑๒ / ๓๕๔. (บาลี) ๒๐ / ๑๑๒ / ๒๕๖. (ไทย)๒๐ / ๑๑๓ / ๓๕๕. (บาลี) ๒๐ / ๑๑๓ / ๒๕๘.

พูดส่อเสียด พูดคหยาบ พูดเพ้อเจ้อ โลภอยากได้ของเขา มีจิตพยาบาท มีมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นวิปริตผิดไปจากทำนองคลองธรรมและความเป็นจริง เช่นเห็นว่า ทานที่ให้แล้ว ไม่มีผล ผลวิบากแห่งกรรมดีกรรมชั่ว ไม่มี คุณของบิดา มารดาไม่มี เป็นต้น เมื่อตายแล้ว จักไปเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาตนรก ส่วนบุคคลที่ประกอบไปด้วยสีลสัมปทา จิตตสัมปทา และทิฏฐิสัมปทา อันมีนัยตรงข้ามกับวิบัติ ต่าง ๆ ตามที่กล่าวมา หลังจากตายแล้ว จักไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ [๑๙]

๓) ในอังคุลิมาลสูตร มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ ได้บันทึกเรื่องราวของพระอรหันต์องค์หนึ่งชื่อพระองคุลิมาลเถระซึ่งเคยเป็นโจรฆ่าคนตายเป็นจำนวนมาก ต่อมาภายหลังได้พบพระพุทธเจ้า เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ได้บวชเป็นพระภิกษุ และได้หมดสิ้นกิเลสบรรลุอรหัตตผล หลังจากที่ท่านได้บรรลุอรหัตตผลแล้ว สมัยนั้นพระองคุลิมาลพักอยู่ที่พระเชตวัน เขตกรุงสาวัตถี ด้วยกรรมที่ท่านได้เคยกระทำไว้ ตอนเช้าวันหนึ่ง ท่านเข้าไปบิณฑบาตในกรุงสาวัตถีเวลาที่ใครขว้างปาก้อนดิน ท่อนไม้ ก้อนกรวด (หิน) ถึงแม้จะขว้างปาไปในทิศทางอื่น แม้ไม่ได้ตั้งใจที่จะขว้างมาที่ท่าน แต่ก้อนดิน ท่อนไม้ และก้อนกรวดเหล่านั้น ก็ปลิวมาตกลงถูกที่ร่างกายของพระองคุลิมาล ทำให้ศีรษะแตกเลือดไหล บาตรแตก ผ้าสังฆาฏิขาด เดินโซเซกลับวัดพระเชตวันท่านเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าในสภาพร่างกายที่เจ็บระบมอย่างนั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสกับท่านว่า

> " เธอจงอดกลั้นไว้เถิดพราหมณ์ เธอจงอดกลั้นไว้เถิดพราหมณ์ เธอได้เสวยวิบากกรรมซึ่งจะเป็นเหตุให้เธอหมกไหม้อยู่ในนรกหลายปี หลายร้อยปีหลายพันปีในปัจจุบันนี้แล้ว " [๒๐]

๔) ในลักขณสังยุต สังยุตตนิกาย นิทานวรรค มีพระสูตรที่บันทึกถึงกรรมและผลของกรรมของมนุษย์ที่ไปเกิดเป็นเปรตและถูกทรมานด้วยประการต่าง ๆ ไว้ จำนวน ๒๑ สูตร เช่นเปรตที่มีแต่โครงกระดูกในอัฏฐิสูตร เรื่องมีอยู่ว่า วันหนึ่งขณะที่พระโมคคัลลานะและพระลักขณะลงจากเขาคิชกูฏเพื่อเข้าไปบิณฑบาตในกรุงราชคฤห์นั้น และขณะที่กำลังลงจากภูเขาคิชฌกูฏนั้นพระโมคคัลลานะได้เห็นอัฏฐิสังขลิกเปรต คือเปรตที่มีแต่โครงกระดูก ลอยขึ้นสู่อากาศ ถูกฝูงแร้งนกกา นกเหยี่ยว พากันโฉบเฉี่ยวรุมทึ้งแย่งเนื้อที่ติดอยู่ตามระหว่างซี่โครงอย่างพัลวัน จนมันร้องครวญคราง เมื่อพระโมคคัลลานะเห็นแล้วก็แสดงอาการแย้ม พระลักขณะที่กำลังเดินลงจากเขา

---

[๑๙] องฺ. ติก. (ไทย) ๒๐ / ๑๑๘ / ๓๖๑. (บาลี) ๒๐ / ๑๑๘ / ๒๖๑.

[๒๐] ม. ม. (ไทย) ๑๓ / ๓๕๒ / ๔๓๐. (บาลี) ๑๓ / ๓๕๒ / ๓๓๖.

ติชฌกูฏ เห็นดังนั้นก็เกิดความสงสัย หลังจากกลับบิณฑบาตจึงถามพระโมคคัลลานะถึงเหตุแห่งการแย้มว่า อะไรเป็นเหตุให้ท่านแสดงการแย้ม พระโมคคัลลานะ จึงเล่าเรื่องราวที่ได้เห็นเปรตดังกล่าวให้พระลักขณะฟัง พระพุทธเจ้าได้ตรัสรับรองว่า เรื่องนี้มีจริง พระองค์เองก็เคยทอด พระเนตรเห็น เรื่องนี้สาวกที่มีทิพพจักขุญาณ ย่อมสามารถรู้เห็นเป็นพยานได้ และตรัสถึงผลกรรมที่เปรตได้รับว่า ในอดีต เปรตตนนั้นเคยเป็นคนฆ่าโคอยู่ในกรุงราชคฤห์ เพราะผลกรรมนั้นหลังจากที่ตกนรกหมกไหม้มาหลายแสนปีแล้วก็มาเกิดเป็นเปรตดังกล่าว เพราะเศษกรรมที่ยังเหลืออยู่ เป็นต้น[๒๑]

จากตัวอย่าง ที่ได้เสนอมาเหล่านี้ จะเห็นว่า พฤติกรรมหรือการกระทำใด ๆ ของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำที่แสดงออกทางกาย ทางวาจา หรือทางใจ ด้วยความจงใจ กรรมนั้นล้วนแต่มีผลต่อตัวผู้กระทำทั้งสิ้น แต่จะมีผลเป็นความสุขหรือความทุกข์นั้น ขึ้นอยู่กับว่าการกระทำนั้น เป็นไปในแนวทางกุศล (กุศลกรรมบถ) หรือเป็นไปในแนวทางอกุศล (อกุศลกรรมบถ) เป็นสำคัญ การให้ผลดังกล่าวของกรรมก็เป็นไปตามหลักกฎแห่งกรรม หรือกรรมนิยาม ดังที่กล่าวมาแล้ว

๔.๒.๒ มโนกรรม เป็นหัวใจสำคัญของพฤติกรรมมนุษย์

พฤติกรรมที่คนเราแสดงออกมาทางกายหรือทางวาจา อันได้แก่ การกระทำและการพูด ล้วนมีรากฐานมาจากความรู้สึกนึกคิดที่อยู่ภายใน บุคคลที่มีความรู้สึกนึกคิดไปในทางที่ดีหรือมองโลกในแง่ดี การกระทำของเขาย่อมจะเป็นไปในทางที่ดี ตรงกันข้าม หากบุคคลมีความรู้สึกนึกคิดไปในทางร้ายหรือมองโลกในแง่ร้าย การกระทำของเขาก็ย่อมจะเป็นไปในทางลบ ส่งผลเป็นความทุกข์ ตรึงเครียด มโนกรรม หรือความรู้สึกนึกคิดที่อยู่ภายใน จึงเป็นหัวใจสำคัญของพฤติกรรมของคนเรา

จากข้อความที่ได้นำเสนอมานี้ จะเห็นว่า ความเชื่อ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของมโนกรรม เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อพฤติกรรมของมนุษย์ หากเป็นความเชื่อที่ผิดย่อมจะผลักดันให้พฤติกรรมทางกาย วาจา และการคิดของบุคคลนั้นผิดไปด้วย หากเป็นความเชื่อที่ถูก ก็ย่อมจะผลักดันพฤติกรรมทางกาย วาจา และการคิดของบุคคลนั้นดำเนินไปในทางที่ถูก เป็นความสุขไปด้วย

---

[๒๑] สํ. นิ. (ไทย) ๑๖ / ๒๐๒ / ๓๐๓ . (บาลี) ๑๖ / ๒๐๒ / ๒๔๑.

และความเชื่อในเรื่องการระลึกชาติ ก็นับเป็นความเชื่ออย่างหนึ่งที่ตั้งอยู่บนฐานของสัมมาทิฏฐิ จึงสามารถเป็นปัจจัยอุดหนุนให้คนประพฤติตนอยู่ในกรอบของกุศลกรรมบถได้ ซึ่งมีรายละเอียดดังที่จะนำเสนอต่อไป

๔.๒.๓ ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์

ตามที่ได้นำเสนอเนื้อหาในบทที่ ๒ จะเห็นได้ว่า การระลึกชาติได้มีความสัมพันธ์กับเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด โดยการเวียนว่ายตายเกิดเป็นปรากฏการณ์พื้นฐานชีวิตของบุคคลที่ยังกระทำกรรมและยังติดข้องอยู่ในสังสารวัฏ และการระลึกชาติได้เป็นประสบการณ์ที่พิสูจน์การมีอยู่จริงของการเวียนว่ายตายเกิด

เมื่อบุคคลยังไม่สามารถที่จะบรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติได้ด้วยตนเอง แต่การที่เขามีความเชื่อมั่นในเรื่องการระลึกชาติได้ เป็นความเชื่อที่เป็นสัมมาทิฏฐิ ความเชื่อนี้จึงเป็นพื้นฐานสำคัญอย่างหนึ่ง ที่จะทำให้คนเชื่อมั่นในหลักกฎแห่งกรรม และเชื่อมั่นในการตรัสรู้หรือประสบการณ์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อบุคคลเชื่อในเรื่องกรรมและผลแห่งกรรมว่า กรรมให้ผลจริง ชาติหน้ามีจริงและตายแล้วเกิดจริง ย่อมจะทำให้บุคคลผู้มีความเชื่อเช่นนั้นเป็นบุคคลดีไม่ประมาทในชีวิตและตั้งตนอยู่ในศีลธรรม[๒๒] หรืออย่างน้อยที่สุดก็เป็นบุคคลที่มีหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจและประพฤติแต่ในทางที่ดีเป็นกุศลกรรม ซึ่งน่าจะมีประโยชน์กว่าการไม่เชื่อในเรื่องกรรมเป็นอย่างมาก

การเชื่อในเรื่องระลึกชาติ เป็นความเชื่อที่สัมพันธ์กับกฎแห่งกรรม ย่อมเป็นเครื่องมือหรือหลักยึดให้บุคคลที่เชื่อในเรื่องการระลึกชาติละอกุศลกรรมเว้นทุจริต ประกอบแต่กุศลธรรม สมาทานสุจริตธรรมและละพฤติกรรมที่หยาบช้า แล้วหันมาประพฤติปฏิบัติแต่ทางที่ทำให้เกิดคุณธรรมความดีงาม ตรงกันข้ามกับผู้ที่ไม่ปลงใจเชื่อว่า อดีตชาติที่เคยเกิดมาแล้วและชาติหน้าที่จะเกิดใหม่ไม่มี ตายแล้วหมดกัน ขาดสูญ ไม่คำนึงถึงกรรมและกฎแห่งกรรม ด้วยความเชื่อที่เป็น

---

[๒๒] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๑๘๖.

มิจฉาทิฏฐินี้ ย่อมทำให้เขาไม่เคารพต่อสุจริตธรรม กล้ากระทำกรรมที่หยาบช้า ประพฤติทุจจริต โดยไม่หวั่นเกรงผลร้าย หรือไม่ต้องการผลดีที่จะเกิดกับตนทั้งในปัจจุบันและอนาคต นี้แสดงว่า ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติ ก็ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์ได้อย่างแน่นอน

ในครั้งพุทธกาล สมัยหนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เสด็จจาริกไปในแคว้นโกศล พร้อมด้วยพระภิกษุสงฆ์เป็นจำนวนมาก และเสด็จถึงหมู่บ้านพราหมณ์แห่งหนึ่งในแคว้นโกศล ชื่อหมู่บ้าน "สาลา" พวกชาวบ้านสาลา ก็พากันไปเฝ้าพระพุทธเจ้าและทูลให้ทราบว่า พวกเขายังไม่ทราบว่าจะปฏิบัติตามคำสั่งสอนของศาสดาองค์ใดดี พระพุทธเจ้า ได้ตรัสหลักปฏิบัติที่เรียกว่า "อปัณณกกรรม"[๒๓] คือหลักปฏิบัติที่ไม่ผิด ให้เป็นแนวทางการปฏิบัติของชาวบ้านสาลา ความว่า เมื่อท่านทั้งหลายได้เจอศาสดาหรือผู้สอนธรรมที่มีคำสอนแตกต่างกัน พวกหนึ่งสอนว่า ทานที่ให้แล้วไม่มีผล ผลของกรรมดีกรรมชั่วก็ไม่มี โลกหน้าไม่มี เป็นต้น แต่อีกพวกหนึ่งสอนว่า ทานที่ให้แล้วมีผล กรรมดีกรรมชั่วย่อมมีผล โลกหน้ามีอยู่ เป็นต้น ซึ่งเป็นนัยตรงกันข้ามกับพวกแรก เมื่อท่านทั้งหลายพบกับศาสดาที่มีคำสอนแตกต่างกันอย่างนี้ ก็ควรยึดหลักอปัณณกกรรมเป็นแนวปฏิบัติ คือเลือกแนวทางปฏิบัติตามแนวทางที่นำไปสู่ความเจริญ เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลและเพื่อความสุข

ในระหว่างคำสอนที่แตกต่างกันดังที่กล่าวมานั้น ควรจะเลือกเชื่อหรือสมาทานตามพวกที่สอนว่า "ทานที่ให้แล้วมีผล กรรมดีกรรมชั่วมีผล โลกหน้ามีจริง" ดีกว่า เพราะว่าเมื่อบุคคลเชื่อและถือปฏิบัติตาม ย่อมจะทำให้บุคคลเป็นผู้ที่เว้นจากกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต เป็นผู้ที่พร้อมด้วยกายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต ย่อมจะเป็นผู้มีศีลธรรมอันดีงาม มีสัมมาทิฏฐิ ย่อมได้รับการสรรเสริญในปัจจุบัน เมื่อตายไปแล้วก็ไปสู่สุคติโลกสวรรค์ ส่วนผู้ที่ถือปฏิบัติตามพวกที่สอนว่า "ทานที่ให้แล้วไม่มีผล กรรมดีกรรมชั่วไม่มีผล โลกหน้าไม่มี" เป็นต้น ย่อมจะเป็นผู้ที่ประมาท มีแนวโน้มที่จะประพฤติกายทุจริต วจีทุจริต และมโนทุจริต เป็นผู้ทุศีล เป็นมิจฉาทิฏฐิ ย่อมจะถูกวิญญูชนติเตียน เพราะฉะนั้น การเชื่อและถือปฏิบัติตามคำสอนของพวกที่สอนว่า "ทานที่ให้แล้วมีผล กรรมดีกรรมชั่วมีผล โลกหน้ามีจริง" จึงเป็นการปฏิบัติตามหลักอปัณณกกรรม เป็นการปฏิบัติที่ไม่เกิดผลเสีย เป็นการปฏิบัติที่นำไปสู่ผลดี มีความสุข เกิดประโยชน์เกื้อกูลดีกว่าที่จะไม่เชื่อ

---

[๒๓] **ม.ม.** (ไทย) ๑๓ / ๙๓ - ๙๖ / ๙๗ - ๑๐๐. (บาลี) ๑๓ / ๙๓ - ๙๕ / ๗๐ - ๗๒.

จากเนื้อหาของอปัณณกสูตรดังที่ได้เสนอมานี้ จะเห็นได้ว่า ความเชื่อว่าโลกหน้ามีจริงนั้น ก็คือ เชื่อเรื่องตายแล้วเกิด เชื่อในเรื่องของกรรมและการระลึกชาติได้ไปพร้อม ๆ กันด้วย เพราะความเชื่อทั้งหมดนั้น เป็นความเชื่อที่เกี่ยวโยงกัน เป็นความเชื่อที่เป็นสัมมาทิฏฐิ และเพราะความเชื่อดังกล่าว ย่อมจะทำให้ผู้ที่เชื่อละเว้นจากการเป็นผู้ทุศีล ตั้งตนอยู่ในศีลธรรมดีงาม เมื่อบุคคลตั้งตนหรือประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีงามแล้ว ถึงแม้จะพิสูจน์ไม่ได้ว่า โลกหน้ามีจริงหรือไม่ก็ตาม ก็ยังได้รับการสรรเสริญจากวิญญูชนว่า บุคคลผู้นั้น เป็นผู้มีศีลมีสัมมาทิฏฐิ ดังนั้น การเชื่อในเรื่องการระลึกชาติได้ หรือการเชื่อว่าโลกหน้ามีจริง ย่อมจะมีคุณประโยชน์ดีกว่าการไม่เชื่ออย่างแน่นอน เพราะว่าการเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้หรือการเชื่อเรื่องกรรมหรือการเชื่อเรื่องการมีอยู่ของโลกหน้าดังกล่าว เป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้บุคคลประพฤติปฏิบัติตนในทางบวกหรือในทางกุศลกรรม อันเป็นการสร้างเหตุปัจจัยแห่งความสุขและได้รับผลเป็นความสุข ส่วนการไม่เชื่อในเรื่องดังกล่าว อาจเป็นปัจจัยให้บุคคลมีพฤติกรรมในเชิงลบ และได้รับผลเป็นความทุกข์ได้ง่ายกว่า

๔.๒.๔ ลักษณะของพฤติกรรมของผู้เชื่อเรื่องการระลึกชาติ

หากจะพิจารณาถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ตามแนวทางของอปัณณกสูตรตามที่กล่าวมาแล้ว ส่งผลให้เกิดคุณภาพคือความสุข ทั้งแต่ตนเอง และสังคม ดังนี้

ผลส่วนตน คือการปรับเปลี่ยนคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิตที่จะเกิดแก่ตนเองนั้น สามารถสรุปผลของแห่งการพัฒนาพฤติกรรมได้ ๓ ด้าน คือ

๑) ด้านปัญญา เป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ

ผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ เพราะเชื่อหรือเห็นตามความเป็นจริง เนื่องจากการระลึกชาติได้เป็นสิ่งที่มีอยู่จริง โดยพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์ผู้ได้อภิญญาและวิชชา สามารถระลึกชาติย้อนหลังได้จริง และมีตัวอย่างยืนยันในพระสุตตันตปิฎกไม่น้อยกว่า ๖๐๑ ตัวอย่าง

๒) ด้านจิต เป็นผู้ที่มีความมั่นคงด้านจิตใจ มีศรัทธาไม่คลอนแคลน

ผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในเรื่องกรรมและการเวียนว่ายตายเกิดด้วย ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่มีความมั่นคงด้านจิตใจ มีศรัทธาไม่คลอนแคลน ย่อมจะเข้าใจโลกและชีวิต มองเห็นว่าชีวิตทุกชีวิตล้วนแต่เป็นไปตามกรรม เป็นผู้ที่มีอารมณ์มั่นคง

๓) ด้านพฤติกรรมหรือการดำเนินชีวิต ประพฤติแต่สุจริตธรรม

ผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมเชื่อในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดดังที่กล่าวมาแล้ว ย่อมมองเห็นว่า ชีวิตมีการเวียนว่ายอย่างยาวนาน และผลของกรรมชั่วกรรมดีที่ทำแล้วมีจริง ก็ย่อมที่จะละเว้นการประพฤติที่เป็นอกุศลกรรม กระทำกุศลกรรม คือเป็นผู้ที่มีกายสุจริต วจีสุจริต และมโนสุจริตหรือเป็นผู้มีศีลอันดีงาม ย่อมจะเป็นผู้ที่ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน การกระทำทุกอย่างของผู้ที่มีความเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมจะเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขโดยส่วนเดียว

ผลที่เกิดแก่สังคม คือสังคมมีความสงบสุข

ผลดีที่จะเกิดแก่สังคมในภาพรวมนั้น คือความสงบสุข ถ้าหากสมาชิกทุกคนในสังคม ต่างเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นศรัทธาในเรื่องกรรม การเวียนว่ายตายเกิด โลกหน้ามีจริง และการระลึกชาติได้ ซึ่งเป็นความเชื่อที่เกี่ยวเนื่องโยงกันเป็นระบบ สังคมย่อมจะมีแต่ความสงบสุข เพราะทุกคนย่อมจะตระหนักถึงผลแห่งกรรมที่ตนจะกระทำ จึงเลือกกระทำแต่กรรมดีหรือกุศลกรรม เมื่อทุกคนในสังคมต่างก็ประกอบพร้อมด้วยกุศลกรรม ก็ย่อมส่งผลให้สังคมเกิดความสงบสุข ทำให้ทุกคนดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างอบอุ่นปลอดภัย

๔.๓ วิธีการปฏิบัติเพื่อพัฒนาพฤติกรรมและการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

วิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการระลึกชาติ ทั้ง ๕ ขั้นตอน คือ ๑. การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะและอริยสันโดษ ๒. การอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดที่เหมาะกับการบำเพ็ญเพียร ๓. การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียรทางจิต ๔. การปฏิบัติ ฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ และ ๕. การบำเพ็ญเพียรทางจิตจนเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์และบรรลุธรรมชั้นสูงตามลำดับจนถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ที่กล่าวมาแล้ว

ผู้วิจัยเห็นว่า หลายขั้นตอน สามารถนำเป็นแนวทางแห่งการประยุกต์ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวันนี้ได้

ผู้วิจัยจะเสนอการประยุกต์วิธีปฏิบัติเพื่อการระลึกชาติตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

การประยุกต์ ขั้นที่ ๑ การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะและอริยสันโดษ คือบุคคลสามารถนำหลักการสำรวมกายวาจามาปฏิบัติเพื่อให้ตนตั้งมั่นในระดับศีลธรรมพื้นฐานคือศีล ๕ ได้ เพราะปัจจุบันสังคมเต็มไปด้วยปัญหาการทำร้าย ละเมิดชีวิตและทรัพย์สินของกันและกัน เมื่อดำรงตนในศีล ก็เป็นหลักประกันความสงบสุขพื้นฐานได้

การประยุกต์ ขั้นที่ ๒ การอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดที่เหมาะกับการบำเพ็ญเพียร ในขั้นนี้บุคคลสามารถจะปลีกตนเองออกจากความสับสนวุ่นวาย สร้างกายวิเวกด้วยการปลีกตนออกจากสังคมเพื่ออยู่คนเดียวได้บางช่วงบางขณะ การหลีกหนีสังคมบ้างก็จะทำให้ลดการโต้แย้งลงได้

การประยุกต์ ขั้นที่ ๓ การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียรทางจิต ข้อนี้ เน้นที่ผู้ต้องการฝึกตนต้องมีจิตใจเด็ดเดี่ยว มีปณิธานมั่นคงที่จะควบคุมความคิดของคน ถ้าปลุกเร้าปณิธานให้เกิดขึ้นได้ถือเป็นความสำเร็จครึ่งหนึ่งแล้ว

การประยุกต์ ขั้นที่ ๔ การปฏิบัติ ฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ ในระดับนี้ผู้วิจัยใคร่จะขอเสนอการประยุกต์หลักสติปัฏฐาน เพื่อใช้กับชีวิตประจำวันของบุคคลทั่วไป มุ่งหมายเพื่อให้เกิดสติในการดำรงชีวิตประจำวันเป็นหลัก เห็นว่าการปฏิบัติตามสติปัฏฐานเพื่อฝึกสติสัมปชัญญะนำมาใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันจริง และการศึกษาในประเด็นนี้ก็เป็นการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารเป็นหลัก

หากสังเกตความเป็นไปของชีวิตคนเราโดยทั่วไป โดยเฉพาะชีวิตประจำวันของโลกิยชน จะเห็นว่า ในแต่ละวัน ๆ นั้น ชีวิตของคนเราส่วนใหญ่มักจะวนเวียนประสบอยู่กับความดีใจ ความเสียใจ หัวเราะและร้องให้คละเคล้ากันไป ขึ้นอยู่กับสภาพอารมณ์ในแต่ละวัน เมื่อประสบกับสิ่งที่ตนปรารถนา น่าใคร่น่าพอใจ (อิฏฐารมณ์) ก็ตื่นเต้นลำพอง ยินดีปรีดาและเป็นสุข เมื่อประสบกับสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ (อนิฏฐารมณ์) ก็ว้าวุ่น เครียด กังวล เป็นทุกข์[๒๔] ในแง่ธรรมะก็มองว่าเหตุที่สภาพชีวิตของโลกิยชนโดยทั่วไปเป็นเช่นนี้ ก็เพราะว่าคนเราส่วนใหญ่มักจะขาดสติสัมปัชชัญญะที่จะรู้เท่าทันความเป็นจริงและสิ่งทั้งปวง ซึ่งโดยสภาพที่แท้แล้วมันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา[๒๕] ดังนั้น จึงหลงยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายว่าเป็น “ เรา ตัวเรา ของเรา ” เมื่อประสบกับสภาวธรรมดังที่กล่าวมาจึงเกิดเป็นทุกข์ขึ้น[๒๖] และวิธีการที่จะช่วยให้คนเราดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุขนั้น พระพุทธศาสนาก็มองว่า คนเราต้องมีสติสัมปัชชัญญะ รู้เท่าทันความเป็นจริงของชีวิต มองเห็นความเป็นจริงของชีวิต แล้ววางท่าทีต่อความเป็นไปของชีวิตอย่างถูกต้อง[๒๗]

วิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสติสัมปัชชัญญะ ตระหนักรู้ความเป็นไปของสภาพชีวิตนั้น คือการปฏิบัติสติปัฏฐาน ซึ่งแปลโดยพยัญชนะได้ว่า “การตั้งสติ” และจากเนื้อหาของสติปัฏฐานตามที่ได้นำเสนอมาแล้วในบทที่ ๓ ก็จะพิจารณาเห็นได้ว่า ในชีวิตประจำวันนั้น คนเราควรจะตั้งสติลงที่อารมณ์ ๔ อย่าง คือ กาย เวทนา จิต และธรรม

ในสมัยพระพุทธกาล ก็ปรากฏว่า มีชาวบ้านทั่วไปสนใจปฏิบัติสติปัฏฐานกันมาก โดยเฉพาะในกัมมาสธัมมนิคม แคว้นกุรุ ซึ่งเป็นแคว้นที่เป็นสถานที่ตั้งกรุงเดลีในปัจจุบัน[๒๘] พระพุทธเจ้าทรงปรารภกับภิกษุทั้งหลายขณะที่ประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกุรุชื่อกัมมาสธัมมะถึงการที่พุทธบริษัท

---

[๒๔] แสง จันทร์งามและคณะ, **พระไตรปิฎกสำหรับพระนวกะและประชาชนทั่วไป**, พิมพ์ครั้งที่ ๔ (กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช), เล่มที่ ๔, หน้า ๘๐.

[๒๕] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๗๐.

[๒๖] แสง จันทร์งาม และคณะ, **พระไตรปิฎกสำหรับพระนวกะและประชาชนทั่วไป**, หน้า ๘๐.

[๒๗] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๖ และ ๘๐๕.

[๒๘] แสง จันทร์งาม และคณะ, **พระไตรปิฎกสำหรับพระนวกะและประชาชนทั่วไป**, หน้า ๗๙.

ชาวกัมมาสธัมมะนิคมว่ามีความสนใจในการเจริญสติปัฏฐานกันเป็นอย่างมาก แม้พวกทาสกรรมกร และบริวารชนก็พูดกันแต่เรื่องสติปัฏฐาน [๒๙]

ในสังยุตตนิกาย มหาวรรค ก็ได้มีการบันทึกเรื่องราวของคหบดีจำนวน ๒ ท่าน คือ สิริวัฑฒ-คหบดี และ มาทินนคหบดี ซึ่งได้ล้มป่วยและได้ให้คนไปนิมนต์พระอานนท์มาแสดงธรรมโปรด พระอานนท์เถระได้สอนให้คหบดีทั้งสองเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อบรรเทาอาการป่วยไข้ คหบดีทั้งสองท่านต่างก็ยืนยันกับพระอานนท์เถระว่าตนนั้นปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ อยู่เสมอ และผลของการปฏิบัติสติปัฏฐานดังกล่าวได้ทำให้ท่านทั้งสองนั้นละอารัมภาคิยสังโยชน์ ๕ ได้ และบรรลุอนาคามิผล[๓๐]

จากข้อความที่กล่าวมา แสดงเห็นว่า ในอดีตสมัยพุทธกาลนั้น พุทธบริษัทโดยทั่วไปที่มิใช่พระภิกษุ ก็มีการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวัน ในปัจจุบัน ถึงแม้จะมีระยะเวลาห่างจากสมัยพุทธกาลกว่า ๒๕๔๖ ปี ก็ยังมีการสั่งสอนให้พุทธบริษัทที่เป็นฆราวาสเจริญสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวันเช่นเดียวกัน

ตัวอย่างเช่น พุทธทาสภิกขุ [๓๑] แห่งสวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี และพระราชพรหมาจารย์ (ทอง สิริมงฺคโล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นต้น ก็สอนให้อุบาสกอุบาสิกาฝึกปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในชีวิตประจำวันในแนวสติปัฏฐาน ๔[๓๒] ซึ่งเป็นแนวปฏิบัติที่ค่อนข้างจะเต็มรูปแบบ ประกอบด้วยแบบฝึกหัดการปฏิบัติ ๑๑ ขั้นตอน เริ่มตั้งแต่การกราบสติปัฏฐาน การพิจารณากายและใจ การพิจารณาดูเวทนา การกำหนดดูจิตและการกำหนดธรรม เป็นการปฏิบัติที่มีผู้ปฏิบัติตามเป็นจำนวนมาก ทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ เป็นการปฏิบัติที่เหมาะสำหรับผู้ที่มุ่งปฏิบัติอย่างเข้มแข็ม

ส่วนการประยุกต์สติปัฏฐาน ๔ เพื่อใช้ในชีวิตประจำวันในการศึกษาครั้งนี้ ก็เป็นอีกแนวทางหนึ่งในการนำเอาหลักการของธรรมชั้นสูง (คือหลักธรรมที่ปฏิบัติเพื่อบรรลุโลกุตตระ) มาใช้ใน

---

[๒๙] มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **พระไตรปิฎกภาษาไทย** , **บทนำของมหาสติปัฏฐานสูตร.,** เล่มที่ ๑๐, หน้า ๕๔ และเล่มที่ ๑๒ หน้า ๓๙.

[๓๐] **สํ.ม.** (ไทย) ๑๙ / ๓๙๕ / ๒๕๓. (บาลี) ๑๙ / ๓๙๕ / ๑๕๓ และ **สํ.ม.** (ไทย) ๑๙/ ๓๙๖ / ๒๕๙. (บาลี) ๑๙ / ๓๙๖ / ๑๕๕.

[๓๑] พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือปฏิบัติอานาปานสติสมบูรณ์แบบ**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๒๘).

[๓๒] พระราชพรหมาจารย์, **คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔** , พิมพ์เนื่องในโอกาสเลื่อนสมณศักดิ์ เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๔๒.

ระดับโลกิยะในชีวิตประจำวันของโลกิยชน เพื่อประโยชน์ในการประคับประคองอารมณ์ความรู้สึกและความคิดให้ตั้งอยู่ในฝ่ายกุศล สามารถที่จะเผชิญความเป็นจริงของโลกด้วยจิตใจที่แจ่มใสเยือกเย็น แนวทางการประยุกต์ในการศึกษานี้ ก็อยู่ในลักษณะเดียวกันกับที่นักวิชาการด้านการพัฒนาชุมชนนำเอาหลักอริยสัจ ๔ (ซึ่งเป็นหลักธรรมชั้นสูง) มาประยุกต์ในการวิเคราะห์สภาพชุมชนเพื่อให้รู้ชัดถึงสภาพปัญหาและสาเหตุของปัญหา วิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขและลงมือปฏิบัติเพื่อแก้ไขปัญหาของชุมชนตามแผนพัฒนา เป็นต้น[๓๓] อันเป็นการนำเอาหลักธรรมชั้นสูงมาประยุกต์ใช้กับการแก้ไขปัญหาของชุมชนที่อยู่ในระดับโลกียวิสัยหรือในชีวิตประจำวันนั่นเอง

วิธีเจริญสติตามนัยของมหาสติปัฏฐานสูตรตามที่ได้เสนอมาแล้วข้างต้น เป็นวิธีปฏิบัติที่เต็มรูปแบบและเป็นวิธีที่ได้ผลมาตั้งแต่เดิม ซึ่งเป็นวิธีที่เหมาะสำหรับนักบวชหรือผู้มุ่งปฏิบัติที่สามารถอุทิศเวลาให้กับการปฏิบัติอย่างเต็มที่ ส่วนแนวทางการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันที่จะนำเสนอต่อไปนี้ เป็นการปรับวิธีการปฏิบัติให้เหมาะกับสภาพชีวิตประจำวันของโลกิยชนทั่วไป เป็นการปฏิบัติที่ธรรมดาและได้ผล แต่ต้องตั้งอยู่ในหลักการเดิมคือหลักสติปัฏฐาน ๔

ในพระพุทธศาสนา ยกย่องผู้ปฏิบัติธรรมหรือผู้ที่มีสติอยู่ตลอดเวลาว่า แม้จะมีชีวิตอยู่เพียงวันเดียวก็มีคุณค่ากว่าการเป็นอยู่ตั้งร้อยปี [๓๔] การปฏิบัติสติปัฏฐาน เป็นการปฏิบัติที่เป็นไปตามหลักการของการมีชีวิตอยู่ในวันนี้ มีชีวิตเป็นอยู่จริงในขณะปัจจุบัน ไม่เป็นผู้ตั้งอยู่ในความประมาทขาดสติ ส่วนแนวทางการปฏิบัติตามหลักแห่งสติปัฏฐาน ๔ ที่นำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในที่นี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ปฏิบัติมีสติ รู้สึกตัวในขณะก่อนที่จะทำ จะพูด จะคิด และมีสติสัมปชัญญะรู้ตัวในขณะที่กำลังทำ กำลังพูด กำลังคิดทุกขณะในแต่ละวัน ตั้งแต่ตื่นนอนในตอนเช้า ทำกิจต่างๆในกลางวัน และถึงเวลาเข้านอนในตอนกลางคืน ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาเป็นแนวทางฝึกทดลองปฏิบัติด้วยตนเองเป็นเวลา ๖ เดือน และได้แนะนำให้คนรู้จักกันทดลองนำไปปฏิบัติด้วย ผลปรากฏว่าทำให้คนรู้สึกจิตใจสงบ ใจเย็นลงมาก เวลามีอารมณ์ด้วยมีสิ่งที่ไม่พึงปรารถนามากระทบจิตใจ ก็ไม่รู้สึกฉุนเฉียว พลุ่งพล่านเหมือนเมื่อก่อนหน้านี้ ทำให้มีสติกำหนดรู้อารมณ์ ไม่ประมาท มีสมาธิดีขึ้นและกิริยาทางกาย วาจา ก็สงบลงมาก ซึ่งพอจะสรุปแนวทางปฏิบัติได้ดังนี้

---

[๓๓] ศุภศิษฏ์ หล้ากอง, "แนวคิดการพัฒนาชุมชนในพระพุทธศาสนา", **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาปรัชญา**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่), ๒๕๓๒, หน้า ๑๒๕ – ๑๒๗.

[๓๔] **ม. อุ.**(ไทย) ๑๔ / ๒๗๒ – ๒๗๕ / ๓๑๙ – ๓๒๓. (บาลี) ๑๔ / ๒๗๒ - ๒๗๕ / ๒๔๑ - ๒๔๒. **ม.อุ.**(ไทย) ๑๔ / ๒๘๔ / ๓๓๙.(บาลี) ๑๔ / ๒๘๔ ๒๕๔.

ก. การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในตอนเช้า

เพื่อง่ายต่อการปฏิบัติ ในที่นี้จึงขอกำหนดขอบเขตของชีวิตประจำวันแต่ละวันให้ชัดลงไปว่า เริ่มต้นแต่ตื่นนอนแล้วทำกิจต่างๆในระหว่างวันและสิ้นสุดตอนหลับ การมีสติสัมปชัญญะ รู้ชัดถึงความเป็นไปของชีวิตตลอดวันในแต่ละวันเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก เมื่อตื่นขึ้นมาในตอนเช้าก็เป็นการเริ่มต้นชีวิตในวันใหม่ ซึ่งสามารถนำเอาหลักสติปัฏฐาน ๔ มาเป็นแนวทางการประยุกต์ใช้ได้ดังนี้

๑) พอรู้สึกตัวตื่นขึ้นมา ผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดสติว่า ตื่นหนอๆ (กายานุปัสสนา)

๒) จากนั้นสูดลมหายใจเข้าออกยาวๆ มีสติกำหนดลมหายใจในขณะที่ยังนอนอยู่นั้น เช่น "หายใจเข้าหนอ หายใจออกหนอ หายใจเข้ายาวหนอ หายใจออกยาวหนอ" ประมาณ ๕ นาที (กายานุปัสสนา)

๓) ต่อมาจะลุกขึ้น ก็มีสติกำหนดว่า "ลุกขึ้นหนอๆ" แล้วค่อยๆพยุงกายลุกขึ้นนั่งอยู่บนที่นอน เมื่อนั่งเรียบร้อยแล้วก็กำหนดว่า "นั่งหนอๆ" (กายานุปัสสนา)

๔) ขณะที่กำลังนั่งอยู่บนที่นอนอยู่นั้น ก็ตั้งจิตแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ โดยกำหนดถึงคำแผ่เมตตาว่า "สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหตุ ฯลฯ " ไปจนจบ (จิตตานุปัสสนา)

๕) หลังจากนั้น ก็ลุกจากที่นอนไปทำกิจส่วนตัวต่างๆ เช่น ลุกขึ้นเดินไปห้องน้ำ ล้างหน้า ทำกิจส่วนตัวในห้องน้ำ เดินออกจากห้องน้ำแล้วทำกิจอื่นต่อไป ก็กำหนดรู้ตามอิริยาบถที่ทำอยู่ เช่น ลุกขึ้นหนอๆ ยืนหนอๆ เดินหนอๆ นั่งหนอๆ นอนหนอๆ ฯลฯ " เป็นต้น ให้มีสติสัมปชัญญะคือรู้สึกตัวในอิริยาบถนั้นๆ อยู่เสมอ (กายานุปัสสนา)

๖) ต่อจากนั้น ก็ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ (ใช้อานาปานสติ ซึ่งสะดวกและง่ายต่อการปฏิบัติ) เมื่อจิตเป็นสมาธิพอสมควรแล้ว ก็พิจารณาร่างกายของตนเองที่ประกอบด้วยส่วนต่างๆ ที่รวมกันเข้าเป็นร่างกาย เต็มไปด้วยสิ่งปฏิกูลไม่สะอาดชนิดต่างๆ หรืออาจพิจารณากายโดยแยกเป็นธาตุต่างๆ ว่าแต่ละส่วนเป็นธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตลม เป็นต้น (กายานุปัสสนา) จากนั้นก็พิจารณาถึงรู้สึกว่าเป็นอย่างไร มีสุขมีทุกข์อย่างไร (เวทนานุปัสสนา) พิจารณาดูจิตของตนว่า จิต

ของตนมีราคะ ...มีโทสะ ...มีโมหะ ...ฟุ้งซ่าน ...หดหู่ ...เป็นสมาธิหรือไม่ (จิตตานุปัสสนา) ต่อไปก็กำหนดจิตพิจารณาทุกข์ทั้งหลายที่เกิดขึ้น เช่น ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย การประสบกับสิ่งที่ไม่สบอารมณ์ (อนิฏฐารมณ์) การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก เป็นต้น แล้วพิจารณาถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ (ตัณหาต่างๆ) พิจารณาถึงความดับของตัณหาและพิจารณาอริยมรรคมีองค์ ๘ ว่าตนดำรงชีวิตสอดคล้องหรือไม่ (ธัมมานุปัสสนา)

ข. การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ขณะทำกิจต่างๆ ในตอนกลางวัน

หลักปฏิบัติที่สำคัญของสติปัฏฐานก็คือ การมีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้หรือรู้สึกตัวเท่าทันการเคลื่อนไหวของกายทุกอิริยาบท รู้สึกตัวเท่าทันความรู้สึกหรืออารมณ์ รู้สึกตัวเท่าทันความคิด และรู้สึกตัวเท่าทันสิ่งที่เป็นอารมณ์ของความคิด โดยเฉพาะในช่วงสำคัญคือก่อนที่จะทำ จะพูด จะคิด และในขณะทำ ขณะพูด ขณะคิด เช่น การเดิน การยืน การนั่ง การพูด การนิ่งเป็นต้น จะต้องมีสติรู้สึกตัวเท่าทันโดยตลอด ในที่นี้ขอยกตัวอย่าง เช่น

๑) การรับประทานอาหาร

ก่อนที่จะรับประทานอาหารหรือฉัน ก็นั่งสงบนิ่งกำหนดสติพิจารณาดูอาหาร พิจารณาว่าเป็นธาตุตามธรรมชาติ เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ตามหลักธาตุปัจจเวกขณปาฐะแล้วก็ลงมือทานหรือฉัน (ธัมมานุปัสสนา) ขณะฉันก็พิจารณาไปด้วยว่าเคี้ยวหนอๆ กลืนหนอๆ เป็นต้น สำหรับฆราวาสซึ่งไม่สามารถที่จะพิจารณาตามหลักธาตุปัจจเวกขณปาฐะได้ ก็ให้พิจารณาว่าอาหารนี้มีไว้เพียงเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายและสาระสำคัญของอาหารอยู่ที่คุณค่าทางโภชนาการมิใช่อยู่ที่ความอร่อย แล้วก็ทานอาหารโดยเคารพและพอเพียงกับความต้องการของร่างกายคือทานให้พอดีไม่อิ่มจนเกินไป ในขณะรับประทานนั้น หากเกิดอารมณ์ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบอาหารที่กำลังรับประทาน ก็ให้กำหนดในใจว่า “ชอบหนอๆ หรือ ไม่ชอบหนอๆ” (เวทนานุปัสสนา) เมื่ออิ่มแล้วก็กำหนดว่า “อิ่มหนอๆ” แล้วหยุดรับประทานอาหาร (กายานุปัสสนา) หลังจากนั้นก็ทำกิจอื่นต่อไปโดยมีสติระลึกได้และสัมปชัญญะรู้สึกตัวอยู่ทุกขณะ

๒) การสอนหนังสือ

โดยปกติทั่วไป พระภิกษุสงฆ์ จะทำหน้าที่เป็นผู้เทศนาสั่งสอนศีลธรรมแก่ประชาชนทั่วไป และบางรูปก็จะเป็นครูสอนด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอนในโรงเรียนพระปริยัติธรรม เมื่อจะปฏิบัติหน้าที่สอน ผู้สอนควรสงบนิ่ง กำหนดสติสัมปชัญญะรู้สึกตัวเท่าทัน

ธรรมารมณ์ว่า "ฉันกำลังจะสอนหนอๆ" (ธัมมานุปัสสนา) "ฉันจะสอนโดยเคารพธรรมและสอนด้วยความเมตตา" (ธัมมานุปัสสนา) "ฉันจะปฏิบัติหน้าที่อย่างดีที่สุด" (ธัมมานุปัสสนา) แล้วก็สอนโดยเคารพ โดยความตั้งใจ ด้วยความอุตสาหะ และด้วยจิตที่ประกอบด้วยเมตตาไปจนสิ้นเวลาสอน เป็นต้น

ค. ประโยชน์ของการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวัน

สติเป็นคุณธรรมพื้นฐานที่จำเป็นยิ่งในชีวิตประจำวันของคนเราโดยทั่วไป เมื่อบุคคลปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวันตามแนวทางที่ได้เสนอมาแล้ว ย่อมได้รับประโยชน์อย่างน้อย ๓ ประการ คือ

๑) ช่วยทำให้จิตผ่อนคลาย หายเครียด

ผู้ที่ฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ย่อมมีจิตใจที่เป็นสมาธิ เกิดความสงบ จิตใจได้พักผ่อน ทำให้ใจสบายและมีความสุข เมื่อทำจนเป็นปรกตินิสัยแล้วย่อทำให้บุคคลมีจิตที่น้อมไปในทางกุศลและประพฤติเฉพาะแต่กุศลกรรมบถ เพราะว่าการกำหนดสติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ นี้ เป็นการเจริญสมาธิที่ยอดเยี่ยมวิธีหนึ่ง นักการศึกษาตะวันตกบางท่าน เช่น เจ คอบสัน เป็นต้น ได้นำการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานนี้ไปเปรียบเทียบกับวิธีการแบบจิตวิเคราะห์ของจิตแพทย์สมัยปัจจุบันแล้วพบว่า สติปัฏฐานได้ผลดีกว่าและใช้ประโยชน์ได้กว้างขวางกว่า[๓๕] และจากข่าวที่ปรากฏทางหน้าหนังสือพิมพ์ก็ปรากฏว่ามีประเทศต่าง ๆ อย่างน้อย ๔ ประเทศ คือ สหรัฐอเมริกา อินเดีย นิวซีแลนด์ และอังกฤษ ได้นำวิธีการ "นั่งสมาธิ" ไปใช้กับนักโทษในเรือนจำและได้ผลในการปรับพฤติกรรมและฟื้นฟูสภาพจิตใจของนักโทษได้อย่างดีด้วย[๓๖]

๒) ช่วยเสริมประสิทธิภาพการทำงาน

ผู้ที่มีจิตใจเป็นสมาธิ มีสติสมบูรณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่เลื่อนลอย ย่อมจะอิ่มเอิบเบิกบาน มีความคิดว่องไว ช่วยให้การเรียน การคิด การทำงาน ได้ผลดี เป็นไปด้วยความรอบคอบไม่ผิดพลาด ในสามัญญผลสูตรและในสูตรอื่นอีกหลายสูตร ก็ระบุลักษณะของบุคคลผู้ปฏิบัติสติปัฏฐาน จนจิตเป็นสมาธิดีแล้วว่าเป็นผู้ที่มีจิตบริสุทธิ์ผุดผ่อง ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะ

---

[๓๕] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๘๑๕.

[๓๖] กองบรรณาธิการ, "สมาธิกับชีวิตประจำวัน", **มติชนรายวัน,** (วันที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๔๔) : ๗.

แก่ การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว[๓๗] ซึ่งบุคคลที่มีลักษณะอย่างนี้ย่อมทำให้งานที่ทำอยู่มี ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

๓) ช่วยส่งเสริมสุขภาพ

โดยธรรมชาติ ร่างกายกับจิตใจเป็นสิ่งที่เกี่ยวเนื่องกันและมีอิทธิพลต่อกัน คนโดยทั่วไปเมื่อกายไม่สบาย ก็พลอยทำให้จิตใจไม่สบาย เศร้าหมอง ขุ่นมัวไปด้วย ครั้นไม่มีกำลังใจ ก็ยิ่งทำให้โรคทางกายนั้นพลอยทรุดหนักไปด้วย สำหรับผู้ที่ปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ดังที่กล่าวมานั้น เมื่อจิตเป็นสมาธิ ปกติดีแล้ว จิตใจย่อมร่าเริงเบิกบานผ่องใส เมื่อกายเจ็บป่วย มันก็จะเจ็บป่วยเพียงกายเท่านั้น จิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย จิตใจที่เบิกบานผ่องใส กำลังใจที่เข้มแข็งจะช่วยหนุนให้โรคหายเร็วขึ้น สำหรับคนที่ร่างกายปกติ ไม่ป่วยไข้ เมื่อจิตใจมีสมาธิ มีสติสมบูรณ์ มีความแช่มชื่นเบิกบาน ก็ย่อมจะช่วยเสริมให้สุขภาพทางกายแข็งแรงยิ่งขึ้นไปด้วย จากเนื้อหาที่ได้นำเสนอมาข้างต้นก็เห็นได้ว่าในอดีตครั้งพุทธกาลก็มีการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อช่วยบรรเทาอาการป่วยไข้ ดังกรณีท่านสิริวัฑฒนคหบดีและท่านมาทินนคหบดีดังที่กล่าวแล้ว ในกรณีนี้ จะเห็นได้ว่า สติปัฏฐาน ๔ แม้ในระดับโลกิยชนทั่วไปที่ปฏิบัติก็ช่วยให้ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตสมบูรณ์ได้

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า สติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นองค์ธรรมขั้นสูงก็สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุอภิญญา สามารถระลึกชาติได้และสามารถบรรลุธรรมขั้นสูง จนถึงขั้นโลกุตตระหลุดพ้นจากกิเลสาสวะต่าง ๆ ได้นั้น เป็นองค์ธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของโลกิยชนทั่วไปได้ โดยสามารถทำให้ ผู้ปฏิบัติได้รับประโยชน์ในระดับโลกิยสุขในชีวิตประจำวันในขณะปัจจุบัน แต่อย่างไรก็ตาม แนวทางปฏิบัติตามที่ได้นำเสนอมาไว้ในกรณีศึกษานี้ก็เป็นเพียงตัวอย่างหนึ่งเท่านั้น ผู้ที่มีเจตจำนงจะปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวัน ควรจะพิจารณาปรับหลักการของสติปัฏฐาน ๔ มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับจริตและกิจกรรมในวิถีชีวิตประจำวันของตนเองด้วย

---

[๓๗] ดูสามัญญผลสูตร **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๒๓๔ / ๗๗. และสูตรอื่นๆ เช่น สุภสูตร **ที.สี.** (ไทย) ๙ / ๔๗๒ / ๒๐๕

๔.๔ สรุป

ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ผู้วิจัยเห็นว่า เป็นสิ่งที่สำคัญ เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลในการกำหนดพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ถ้าเชื่อมั่นอย่างจริงจัง มีผลทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีงาม ผู้เชื่อมั่นย่อมได้รับผลคือคุณภาพชีวิตที่ดีงาม พัฒนาตนเองได้ทั้งด้านสติปัญญา เกิดสัมมาทิฏฐิ ด้านจิตใจอารมณ์ เป็นผู้มีอารมณ์มั่นคง ไม่หวั่นไหวง่าย และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตก็จะประกอบไปด้วยสุจริตธรรม กุศลธรรม นอกจากนี้ ความเชื่อในเรื่องการระลึกชาติได้ ก็มีส่วนทำให้บุคคลที่เชื่อเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในเรื่องกฎแห่งกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด ผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมจะได้ชื่อว่าเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิและเป็นผู้ที่มีศีลธรรมอันดีงาม ประพฤติสุจริตทั้งทางกาย วาจา และใจ อันเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์สุขทั้งแก่บุคคลและสังคมโดยส่วนรวม และความเชื่อในเรื่องการระลึกชาติ ส่งผลที่ดีแก่สังคมส่วนรวม ทำให้เกิดความสุขสงบโดยถ้วนหน้า ดังนั้น ความเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ จึงเป็นปัจจัยส่งเสริมให้บุคคลประพฤติแต่กุศลกรรม มีพฤติกรรมที่ดีงามได้เป็นอย่างดี

ในส่วนที่เกี่ยวกับการนำเอาวิธีการปฏิบัติเพื่อการระลึกชาติมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันนั้น ก็สามารถนำมาใช้เป็นหลักพัฒนาคุณภาพชีวิตที่พึงประสงค์ได้ นับแต่การรักษาศีล การฝึกหัดให้เกิดกายวิเวก จิตวิเวกบางช่วงบางขณะ การตั้งปณิธานว่าจะทำอะไรด้วยความมุ่งมั่น และการฝึกใช้สติสัมปชัญญะตามกระบวนการฝึกสติปัฏฐานก็นำมาปฏิบัติได้ในการดำรงชีวิตปัจจุบัน นับตั้งแต่ตื่นนอน ทำงานกิจกรรมต่างๆ จนกระทั่งขณะก่อนจะเข้านอน ผลที่จะได้รับ ก็คือการผ่อนคลาย หายจากโรคเครียด ส่งเสริมการทำงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ช่วยเสริมสร้างสุขภาพทั้งกายและจิตใจ จึงเห็นว่า ชีวิตที่มีสติทุกเมื่อ คือชีวิตที่ประเสริฐเพราะประพฤติตามหลักแห่งอัปปมาทธรรมนั่นเอง และผู้ที่ไม่ประมาทย่อมมีชีวิตที่เป็นสุข สงบ เป็นชีวิตที่เปี่ยมด้วยคุณภาพและคุณธรรม.

บทที่ ๕

สรุป และ ข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือเพื่อศึกษาหลักการและวิธีการของพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับการระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตตันตปิฎก และเพื่อนำเสนอผลการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกในด้านวิธีปฏิบัติให้เป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน และส่งเสริมศรัทธาของพุทธศาสนิกชนให้มั่นคงยิ่งขึ้น

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า เหตุการณ์ที่บุคคลสามารถจำหรือระลึกชาติในอดีตของตนได้ มีปรากฏในทุกสังคมทุกชาติทุกภาษา และมีการศึกษาปรากฏการณ์ดังกล่าวในเชิงประจักษ์โดยนักจิตวิทยาเป็นจำนวนมาก ซึ่งผลงานการศึกษาของท่านเหล่านั้นสามารถยืนยันได้ว่า มีการระลึกชาติได้จริงและมีการตายแล้วเกิดจริง ส่วนรูปแบบของการระลึกชาติได้นั้น มี ๓ แบบ คือ ๑) การจำชาติก่อนได้เอง (ของบุคคลที่เกิดมีอายุระหว่าง ๒ – ๕ ขวบ) ๒) การจำชาติก่อนได้ด้วยการสะกดจิต และ ๓) การจำชาติก่อนได้ด้วยการทำสมาธิ

การระลึกชาติ เป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มนุษย์สามารถจะระลึก หรือย้อนระลึกถึงชาติในอดีตของตนได้หลายรูปแบบ บางคนอาจจะระลึกชาติได้เองโดยอัตโนมัติหลังการเกิดใหม่ไม่นาน บางคนอาจจะระลึกได้เมื่อมีการสะกดจิต หรือถูกสะกดจิต บางคนอาจจะระลึกชาติได้ เมื่อบำเพ็ญสมาธิจนจิตสงบนิ่ง บรรลุปุพเพนิวาสานุสสติญาณ เป็นต้น

แนวคิดพื้นฐานสำคัญเกี่ยวกับการระลึกชาติที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎกนั้น ผู้วิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์กับคำสอนหลักใหญ่ ๆ อยู่ ๒ ประการคือ คำสอนเรื่องสังสารวัฏ ที่กล่าวถึงการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ และ คำสอนเรื่องกรรมและกฎแห่งกรรม เพราะการระลึกชาติ หมายเอาการระลึกถึงอดีตชาติของบุคคลที่เวียนเกิดเวียนตายในชาติและภพต่างๆที่ผ่านมา และการเวียนเกิดเวียนตายก็เป็นสิ่งที่เนื่องด้วยอำนาจของกรรมที่บุคคลได้กระทำเอาไว้ เพราะเมื่อทำกรรม ย่อมได้รับผลของกรรมที่เรียกว่าวิบาก เป็นกฎสากลที่ยืนยันความเกี่ยวเนื่องด้วยสาเหตุและผล และการระลึกชาติต่างๆที่เป็นไปทั้งในสุคติ หรือทุคติก็เป็นเพราะอำนาจกรรมนั้นเอง

ลักษณะของการระลึกชาติ คือการที่บุคคลมีความสามารถที่จะระลึกย้อนหลังไปในอดีตได้ ตั้งแต่หนึ่งชาติไปจนนับเป็นแสนชาติ และผู้ที่ระลึกชาติได้สามารถที่จะระลึกถึงลักษณะชีวิตการเป็นอยู่การมีความสุขความทุกข์ ของตนในแต่ละชาติได้อย่างชัดเจน

ความสามารถในการระลึกชาติจะเกิดมีมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของแต่ละคน นักบวชนอกพระพุทธศาสนา สามารถระลึกได้จำกัด ส่วนนักบวชในพระพุทธศาสนา มีพระอริยสาวก พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระพุทธเจ้า สามารถระลึกชาติได้มากมายหลายภพหลายชาติ ดังที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก มีถึงจำนวน ๖๐๑ ตัวอย่าง

ด้านรายละเอียดของการระลึกชาติ ผู้ที่ระลึกชาติได้สามารถระลึกรายละเอียดต่าง ๆ จำได้กระทั่งถึง ชื่อ และ โคตร ตระกูล บิดา มารดา ภรรยา สามี บุตรและบริวาร สถานที่เกิด ประเทศที่อยู่ ความเป็นอยู่ ทั้งความสุขและทุกข์ สภาพการเป็นอยู่ การดำรงชีวิต อาชีพการงาน ความสุขความทุกข์ กรรมดีกรรมชั่วที่ประกอบ อายุ เป็นต้น

วิธีการสร้างความสามารถในการระลึกชาติ ตามแนวทางของพุทธศาสนานั้น สามารถกระทำได้โดยการปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียรจนจิตเป็นสมาธิบรรลุฌานสมาบัติได้ญาณและอภิญญา และวิธีการทางพระพุทธศาสนาประกอบด้วยวิธีการปฏิบัติ ๕ ขั้นตอน คือ ๑. การประกอบด้วยอริยสีลขันธ์ อริยอินทรีย์สังวร อริยสติสัมปัชชัญญะและอริยสันโดษ ๒. การอยู่ในเสนาสนะอันเงียบสงัดที่เหมาะกับการบำเพ็ญเพียร ๓. การตั้งปณิธานมุ่งมั่นบำเพ็ญเพียรทางจิต ๔. การปฏิบัติ ฝึกจิตตามหลักธรรมเพื่อการระลึกชาติ และ ๕ การบำเพ็ญเพียรทางจิตจนเป็นสมาธิแน่วแน่สามารถละนิวรณ์และบรรลุธรรมชั้นสูงตามลำดับจนถึงปุพเพนิวาสานุสสติญาณ

บุคคลที่สามารถระลึกชาติได้ตามแนวทางปฏิบัติของพระพุทธศาสนา ส่วนมากเป็นผู้ที่ดำรงเพศเป็นบรรพชิต แล้วปฏิบัติบำเพ็ญเพียรจนจิตเป็นสมาธิขั้นสูง สามารถละนิวรณ์ ๕ บรรลุฌาน ๔ เมื่อยกระดับจิตสู่จตุตถฌานแล้วก็สามารถน้อมจิตไปเพื่อปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (การระลึกชาติได้) และสามารถบำเพ็ญเพียรต่อไปจนบรรลุถึงอาสวักขยญาณ เป็นพระอรหันต์ หมดสิ้นกิเลสได้โดยสิ้นเชิงในที่สุด

ด้านการระลึกชาติกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ผู้วิจัยพบว่าความเชื่อเป็นสิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ถ้ามีความเชื่อมั่นในเรื่องการระลึกชาติได้อย่างจริงจัง ย่อมจะส่งผลให้พฤติกรรมของบุคคลนั้เกิดมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่ดีงาม มีการพัฒนาตนเองได้หลายด้านทั้งในด้านสติปัญญาและในด้านจิตใจ เป็นผู้มีอารมณ์มั่นคง ไม่หวั่นไหวโดยง่ายและวิถีดำเนินชีวิตก็จะประกอบไปด้วยสุจริตธรรมและกุศลธรรมฝ่ายเดียว นอกจากนี้แล้วความเชื่อในเรื่องการระลึกชาติได้ ก็มีส่วนทำให้บุคคลที่เชื่อเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในเรื่องกฎแห่งกรรมและการเวียนว่ายตายเกิดอีกด้วย ผู้ที่เชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ ย่อมประพฤติสุจริตทั้งทางกาย วาจา และใจ อันเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์สุขทั้งแก่บุคคลและสังคมโดยส่วนรวม

ในส่วนการประยุกต์วิธีการปฏิบัติเพื่อการระลึกชาติใช้ในชีวิตประจำวันนั้น ผู้วิจัยพบว่าทุกคนสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ นับแต่การรักษาศีล การฝึกหัดให้เกิดกายวิเวกและจิตวิเวกบางช่วงบางขณะ การตั้งปณิธานว่าจะทำอะไรด้วยความมุ่งมั่น และการฝึกใช้สติสัมปชัญญะตามกระบวนการฝึกสติปัฏฐานต่างๆเหล่านี้ ก็สามารถนำมาปฏิบัติได้ในการดำรงชีวิตปัจจุบัน นับตั้งแต่ตื่นนอน ทำงานกิจกรรมต่างๆ จนกระทั่งขณะก่อนจะเข้านอน ผลที่จะได้รับก็คือ การผ่อนคลาย หายจากโรคเครียด ส่งเสริมการทำงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เสริมสร้างสุขภาพทั้งกายและจิตใจ ดำรงชีวิตด้วยการมีสติกำกับทุกเมื่อ เป็นชีวิตที่ไม่ประมาท ประสบแต่ความสุข ความสงบ เป็นชีวิตทีมีคุณภาพและกอรปด้วยคุณธรรมคุณงามความดีได้โดยตลอดไป.

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎกนี้ เป็นการศึกษาแนวคิด หลักการ และวิธีการปฏิบัติในภาคทฤษฎีเชิงวิชาการจากเอกสารสำคัญในทางพระพุทธศาสนา แต่จุดเน้นที่แท้จริงของการระลึกชาตินั้น ล่วงเลยกว่าขั้นทฤษฎี เป็นเรื่องของการปฏิบัติ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นเรื่องยากที่จะทำความเข้าได้ด้วยการวิเคราะห์และด้วยคำอธิบาย เพราะเนื้อหาที่แท้ของการระลึกชาตินั้นเป็นเรื่องของการปฏิบัติ คือคิดเอาเองด้วยเหตุและผลเชิงตรรกะไม่ได้ จะต้องพิสูจน์ได้ด้วยการปฏิบัติจริงเท่านั้น และผู้ที่ปฏิบัติจนสามารถบรรลุการระลึกชาติได้ ก็จะรู้แจ้งเห็นจริงได้ด้วยตนเอง

อย่างไรก็ตาม หากผู้สนใจที่จะพัฒนาตนให้เกิดความรู้และเกิดความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้อย่างจริงจัง อีกทั้งต้องการศึกษาให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นต่อไปนั้น ควรทดลองฝึกปฏิบัติโดยการต่อยอดจากงานวิจัยนี้ด้วยการ

๑) นำเอาผลของการวิจัยในครั้งนี้ไปเป็นแนวทางการปฏิบัติธรรมบำเพ็ญเพียร เพื่อพิสูจน์ความจริงด้วยตนเอง

๒) ศึกษาต่อไปในเชิงพฤติกรรมศาสตร์ หรือ เชิงสังคมวิทยา มานุษยวิทยา ว่าความเชื่อเรื่องการระลึกชาติได้ มีส่วนส่งเสริมพฤติกรรมด้านบวกของบุคคล ชุมชน ได้มากน้อยแค่ไหนเพียงใด เป็นต้น.

บรรณานุกรม

ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี** ฉบับมหาจุฬาเตปิฏกํ, ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย** ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อรรถกถาภาษาบาลี** ฉบับมหาจุฬาอฏฺฐกถา, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources)

พระเจริญ พันธุรี. "แนวคิดเรื่องสุคติในพุทธปรัชญาเถรวาท". **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. ภาควิชาปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๓๘.

พระมหาพิเชฏฐ์ ธีรวํโส (ดอกรัก). "การศึกษาวิเคราะห์เรื่องกรรมและสังสารวัฏในพุทธปรัชญาเถรวาทที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของพุทธศาสนิกชนไทยในปัจจุบัน". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

พระมหาสมจินต์ สมฺมาปญฺโญ (วันจันทร์). "นรกสวรรค์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณวิทยาลัย, ๒๕๓๓.

ศุภศิษฏ์ หล้ากอง. "แนวคิดการพัฒนาชุมชนในพุทธศาสนา". **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. ภาควิชาปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๓๒.

หนังสือ :

กองบรรณาธิการ. "สมาธิกับชีวิตประจำวัน", **มติชนรายวัน.** ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๔๔.

พุทธทาสภิกขุ. **ชีวิตเยือกเย็น ชุดลอยประทุม.** กรุงเทพมหานคร : ธรรมทานมูลนิธิ และธรรมสภา, ๒๕๔๓.

____________________. **คู่มือปฏิบัติอานาปานสติสมบูรณ์แบบ.** กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๒๘.

พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม.** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ). พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.

____________________. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

____________________. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระราชพรหมาจารย์ (ทอง สิริมงฺคโล). **คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔.** พิมพ์ครั้งที่ ๔. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์ครองช่าง, ๒๕๔๔.

พระราชวิสุทธิโสภณ (วิลาส ญาณวโร). **ภูมิวิลาสินี.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เรือนบุญ, ๒๕๑๔.

รอย สเตมแมน. **ความทรงจำจากอดีตชาติ.** แปลโดย วิษุวัต. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เรือนบุญ, ๒๕๔๐.

วิทยา ปทุมธารารัตน์ . **ระลึกชาติได้ (ฉบับที่ ๑).** นนทบุรี : สำนักพิมพ์ธารบัวแก้ว, ๒๕๔๐.

วิเชียร สิริยานนท์,นพ.. **เรื่องเก่า–เล่าใหม่.** กรุงเทพมหานคร : สมาคมค้นคว้าทางจิตแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๙.

แสง จันทร์งาม. **ประทีปธรรม.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บรรณาคาร, ๒๕๒๖.

____________________. **ตายแล้วเกิด.** กรุงเทพมหานคร : พระศิวการพิมพ์, ๒๕๓๕.

แสง จันทร์งาม และคณะ. **พระไตรปิฎกสำหรับพระนวกะและประชาชนทั่วไป.** พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช, เล่มที่ ๔. ๒๕๔๑.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

พระสุตตันตปิฎก จำนวน ๒๕ เล่ม
มีเนื้อหาเกี่ยวกับการระลึกชาติ จำนวน ๖๓ สูตร
มีปรากฏในพระสุตตันตปิฎก จำนวน ๑๘ เล่ม ดังนี้

ที่	ชื่อสูตร	พระไตรปิฎก เล่ม / ข้อ /หน้า	หมายเหตุ
	สีลขันธวรรค		
๑.	พรหมชาลสูตร (๑)	ที. สี. ๙ / ๓๑ / ๑๑	(๑) ตัวเลขในวงเล็บหลังชื่อสูตรหมายถึงลำดับที่ของสูตรในแต่ละวรรค.
๒.	สามัญญผลสูตร (๒)	ที. สี. ๙ / ๒๔๔–๒๔๕ / ๘๑–๘๒	
๓.	อัมพัฏฐสูตร (๓)	ที. สี. ๙ / ๒๗๙ / ๑๐๑	
๔.	โสณทัณฑสูตร (๔)	ที. สี. ๙ / ๓๑๘ / ๑๒๓	
๕.	กูฏทัณฑสูตร (๕)	ที. สี. ๙ / ๓๕๓ / ๑๔๘	
๖.	มหาสีหนาทสูตร (๘)	ที. สี. ๙ / ๔๐๑ / ๑๗๒	
๗.	สูรสูตร (๑๐)	ที. สี. ๙ / ๔๗๗ / ๒๐๙	
	ปาฏิกวรรค		
๘.	ปาฏิกสูตร (๑)	ที. ป. ๑๑ / ๔๐ / ๒๙	(๒) จำนวนสูตรที่ปรากฏเรื่องการระลึกชาติในพระสุตตันตปิฎก จำนวนทั้งสิ้น๖๓ สูตร โดยมีสูตรเต็ม ๕๗ สูตร และสูตรเนื้อหาย่อ ๖ สูตร (ดูลำดับที่ ๓๗)
๙.	อุทุมพริกสูตร (๒)	ที. ป. ๑๑ / ๗๐ / ๕๐	
๑๐.	สัมปาสาทนียสูตร (๕	ที. ป. ๑๑ / ๑๕๖ / ๑๑๖	
	มูลปริยายวรรค		
๑๑.	ภยเภรวสูตร (๔)	ม. มู. ๑๒ / ๕๑–๕๒ / ๔๑–๔๒	
๑๒.	อากังเขยยสูตร (๖)	ม. มู. ๑๒ /๖๘ (-) / ๖๐	
	สีหนาทวรรค		
๑๓.	มหาสีหนาทสูตร (๒)	ม. มู. ๑๒ / ๑๔๘ (ข้อ ๘) / ๑๔๖	
๑๔.	เทวธาวิตักกสูตร (๙)	ล.มู. ๑๒ / ๒๑๑ – ๒๑๒ / ๒๒๒	
	โอปัมมวรรค		
๑๕.	จูฬหัตถิปโทปมสูตร (๗)	ม.มู. ๑๒ / ๒๙๘ / ๓๒๗	
	มหายมกวรรค		
๑๖.	มหาสัจจกสูตร (๖)	ม.มู. ๑๒ / ๓๘๔ / ๔๑๗	
๑๗.	มหาอัสสปุรสูตร (๙)	ม.มู. ๑๒ / ๔๓๑ / ๔๖๑	

ที่	ชื่อสูตร	พระไตรปิฎก เล่ม / ข้อ /หน้า	หมายเหตุ
	คหปติวรรค		
๑๘.	กันทรสูตร (๑)	ม.มู. ๑๓ / ๑๔ / ๑๗	
๑๙.	เสขปฏิปทาสูตร (๓)	ม.มู. ๑๓ / ๒๘ / ๓๑	
๒๐.	โปตลิยสูตร (๔)	ม.มู. ๑๓ / ๔๙ / ๔๖	
๒๑.	อปัณณสูตร (๑๐)	ม.มู. ๑๓ / ๑๐๖ / ๑๑๔	
	ภิกขุวรรค		
๒๒.	ภัททาลิสูตร (๕)	ม.มู. ๑๓ / ๑๓๙ / ๑๕๖	
	ปริพาชกวรรค		
๒๓.	จูฬวัจฉโคตตสูตร (๑)	ม.มู. ๑๓ / ๑๘๖ / ๑๒๖	
๒๔.	มหาวัจฉโคตตสูตร (๓)	ม.มู. ๑๓ / ๑๙๘ / ๒๓๖	
๒๕.	สันทกสูตร (๖)	ม.มู. ๑๓ / ๒๓๓ / ๒๗๔ – ๒๗๕	
๒๖.	มหาสกุลุทายิสูตร (๗)	ม.มู. ๑๓ / ๒๕๗ / ๓๐๔	
๒๗.	จูฬสกุลุทายิสูตร (๘)	ม.มู. ๑๓ / ๒๗๖ / ๓๒๙	
	ราชวรรค		
๒๘.	โพธิราชกุมารสูตร (๕)	ม.มู. ๑๓ / ๓๓๖ / ๔๐๖	
	พรหมณวรรค		
๒๙.	โฆฏมุขสูตร (๔)	ม.มู. ๑๓ / ๔๒๐ / ๕๒๗	
๓๐.	สังคารวสูตร (๑๐)	ม.มู. ๑๓ / ๔๘๓ / ๖๑๑ – ๖๑๒	
	เทวทหวรรค		
๓๑.	เทวทหสูตร (๑)	ม. อุ. ๑๔ / ๑๖ / ๒๓	
	อนุปทวรรค		
๓๒.	กายคตาสติสูตร (๙)	ม.อุ. ๑๔ / ๑๕๙ / ๒๐๗	
	สุญญตวรรค		
๓๓.	ทันตภูมิสูตร (๕)	ม. อุ. ๑๔ / ๒๒๐ / ๒๕๓	
	อรหันตวรรค		
๓๔.	อัคคิกสูตร (๕)	สํ. ส. ๑๕ / ๑๖๔ / ๒๗๔	
	อุปาสกวรรค		
๓๕	เทวหิตสูตร (๓)	สํ. ส. ๑๕ / ๑๙๙ / ๒๘๙	

ที่	ชื่อสูตร	พระไตรปิฎก เล่ม / ข้อ /หน้า	หมายเหตุ
	<u>นิทานสังยุต, มหาวรรค.</u>		
๓๖.	สุสิมปริพาชกสูตร (๑๐)	สํ. นิ. ๑๖ / ๗๐ / ๑๔๖ – ๑๔๘	
	<u>มัคคสังยุต</u>		
๓๗.	สังโยชนัปปหานาทิสุตต-		
	ฉักกะ (๒-๗) รวม ๖ สูตร	สํ. ม. ๑๙ / ๔๒ – ๔๗ / ๔๐	
	<u>นีวรณวรรค</u>		
๓๘.	อนุปักกิเลสสูตร (๔)		
	โพชฌังคสาก้จฉาวรรค.	สํ. ม. ๑๙ / ๒๑๕ / ๑๔๗	
๓๙.	สังคารวสูตร (๕)	สํ. ม. ๑๙ / ๒๓๖ / ๑๘๕ – ๑๘๖	
	<u>ปสาทกัมปนวรรค</u>		
๔๐.	ปุพพสูตร (๑)	สํ. ม. ๑๙ / ๘๒๓ / ๓๙๑ – ๓๙๓	
	<u>ทุติยวรรค, อานาปานสังยุต</u>		
๔๑.	ปฐมอานันทสูตร (๓)	สํ. ม. ๑๙ / ๙๘๙ / ๔๗๓	
	<u>ติกนิบาต</u>		
๔๒.	ติกัณณสูตร (๘)	องฺ. ติก. ๒๐ / ๕๙ / ๒๒๖	
๔๓.	ชานุสโสณิสูตร (๙)	องฺ. ติก. ๒๐ / ๖๐ / ๒๓๐	
	<u>มหาวรรค</u>		
๔๔.	อัตตันตปสูตร (๘)	องฺ. จตุกฺก. ๒๑ /๑๙๘/ ๓๐๙–๓๑๐	
	<u>ปัญจังคิกวรรค</u>		
๔๕.	อุปกิเลสสูตร (๓)	องฺ ปญฺจก ๒๒ / ๒๓ / ๒๙	
๔๖.	ปัญจังคิกสูตร (๘)	องฺ. ปญฺจก ๒๒ / ๒๘ / ๔๐	
	<u>อนุตตริยวรรค</u>		
๔๗.	อุทายีสูตร (๙)	องฺ. ปญฺจก ๒๒ / ๒๙ / ๔๖๘	
	<u>มหาวรรค</u>		
๔๘.	สีหนาทสูตร (๑๐)	องฺ. ปญฺจก ๒๒ / ๖๔ / ๕๘๑	
	<u>เทวตาวรรค</u>		
๔๙.	สมาธิสูตร (๖)	องฺ. ปญฺจก. ๒๒ / ๗๐ / ๕๙๒	

ที่	ชื่อสูตร	พระไตรปิฎก เล่ม / ข้อ /หน้า	หมายเหตุ
	อาหุเนยยวรรค		
๕๐.	อาหุเนยยสูตร (๒)	องฺ. ปญฺจก. ๒๒ / ๒ / ๔๑๓	
	วินยวรรค		
๕๑.	จตุกกวินยธรสูตร (๔)	องฺ. สตฺตก. ๒๓ / ๗๘ / ๑๗๕	
๕๒.	จตุกกวินยโสภณสูตร (๘)	องฺ. สตฺตก. ๒๓ / ๘๒ / ๑๗๘	
	มหาวรรค		
๕๓.	เวรัญชกสูตร (๑)	องฺ. สตฺตก. ๒๓ / ๑๑ / ๒๒๓	
	โคตมีวรรค		
๕๔.	ปฐมอาหุเนยยสูตร (๗)	องฺ. สตฺตก. ๒๓ / ๕๗ / ๓๕๑	
	อุปาสกวรรค		
๕๕.	อาหุเนยยสูตร (๗)	องฺ. ทสก. ๒๔ / ๙๗ / ๒๓๐	
	สมณสัญญาวรรค		
๕๖.	โพชฌังคสูตร (๒)	องฺ. ทสก. ๒๔ / ๑๐๒ / ๒๔๔	
	อนุสสติวรรค		
๕๗.	สุภูติสูตร (๔)	องฺ. ทสก.๒๔ / ๑๔ / ๔๒๒	
	ติกนิบาต,ปัญจมวรรค		
๕๘.	เตวิชชาสูตร (๑๐)	ขุ. อิติ. ๒๕ / ๙๙ / ๔๗๔	**ดูรายละเอียดรายชื่อพระเถระและพระเถรีที่สามารถระลึกชาติได้จากชีวประวัติ (อปทาน) (เถราปทาน-เถริยาปทาน) จำนวน ๖๐๑ ตัวอย่าง ในภาคผนวก ข.**
	ปฐมภาค		
๕๙.	ประวัติพระเถระผู้ระลึกชาติได้ จำนวน ๔๑๐ รูป	**ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๑. เล่มที่ ๓๒**	
	ทุติยภาค		
๖๐.	ประวัติพระเถระผู้ระลึกชาติได้ จำนวน ๑๕๑ รูป และประวัติพระเถรีผู้ระลึกชาติได้ จำนวน ๔๐ รูป	**ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒. เล่มที่ ๓๓**	

ภาคผนวก ข.

ตัวอย่างของพระอริยสาวกผู้สามารถระลึกชาติได้

....

ความสามารถในการระลึกชาติได้ เป็นความสามารถที่เกิดจากการบำเพ็ญเพียรทางจิตจนบรรลุวิชชาและอภิญญา โดยผู้ปฏิบัติที่บรรลุวิชชาและอภิญญานี้ ย่อมมีความสามารถพิเศษเหนือมนุษย์สามัญ ๖ ประการ คือ[๑]

๑.	อิทธิวิธี	:	แสดงฤทธิ์ได้
๒.	ทิพพโสต	:	มีหูทิพย์
๓.	เจโตปริยญาณ	:	สามารถกำหนดรู้จิตของผู้อื่นได้
๔.	ทิพพจักษุหรือ จุตูปปาตญาณ	:	มีตาทิพย์
๕.	ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ	:	ระลึกชาติได้
๖.	อาสวักขยญาณ	:	มีญาณหยั่งรู้ความสิ้นอาสวะ

ในพระสุตตันตปิฎก พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๓๒ และ ๓๓ ได้บันทึกประวัติของพระเถระและพระเถรีที่เจริญธรรมเช่น สติปัฏฐาน ๔ ปฏิสัมภิทา ๔ อภิญญา ๖ โพชฌงค์ ๗ วิโมกข์ ๘ เป็นต้น ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ทำให้ ผู้ปฏิบัติบรรลุวิชชาและอภิญญา และมีความสามารถในการระลึกชาติได้ไว้ถึงจำนวน ๖๐๑ ตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

---

[๑]พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม** (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๘๗๐.

* **ขุ. อป.** (ไทย) ๓๒ / ๓๑๒ / ๔๕.

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑.	พระสารีบุตรเถระ	ขุ. อป. ๓๒ / ๓๗๔ / ๕๘
๒.	พระมหาโมคคัลลานเถระ	๓๒ / ๓๙๗ / ๖๑
๓.	พระมหากัสสปเถระ	๓๒ / ๔๒๐ / ๖๔
๔.	พระอนุรุทธเถระ	๓๒ / ๔๓๓ / ๖๖
๕.	พระปุณณมันตานีบุตรเถระ	๓๒ / ๔๔๐ / ๖๘
๖.	พระอุบาลีเถระ	๓๒ / ๕๙๕ / ๙๑
๗.	พระอัญญาโกณฑัญญเถระ	๓๒ / ๖๒๑ / ๙๓
๘.	พระปิณโฑลภารทวาชเถระ	๓๒ / ๖๒๗ / ๙๕
๙.	พระขทิรวนิยเรวตเถระ	๓๒ / ๖๔๓ / ๙๘
๑๐.	พระอานนทเถระ	๓๒ / ๖๖๓ / ๑๐๐
๑๑.	พระสีหเสนทายกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๑๐๓
๑๒.	พระเอกถัมภิกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๑๐๕
๑๓.	พระนันทเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๑๐๗
๑๔.	พระจูฬปันถกเถระ	๓๒ / ๕๔ / ๑๑๐
๑๕.	พระปิลินทวัจฉเถระ	๓๒ / ๖๗ / ๑๑๑
๑๖.	พระราหุลเถระ	๓๒ / ๘๕ / ๑๑๔
๑๗.	พระอุปเสนวังคันตบุตรเถระ	๓๒ / ๙๖ / ๑๑๕
๑๘.	พระรัฏฐปาลเถระ	๓๒ / ๑๑๑ / ๑๑๗
๑๙.	พระโสปากเถระ	๓๒ / ๑๒๓ / ๑๑๙
๒๐.	พระสุมังคลเถระ	๓๒ / ๑๔๐ / ๑๒๑
๒๑.	พระสุภูติเถระ	๓๒ / ๕๑ / ๑๒๙
๒๒.	พระอุปวาณเถระ	๓๒ / ๑๐๕ / ๑๓๕
๒๓.	พระติสรณคมนิยเถระ	๓๒ / ๑๓๓ / ๑๓๕
๒๔.	พระปัญจสีลสมาทานิยเถระ	๓๒ / ๑๕๔ / ๑๔๑

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่/ข้อ/หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๒๕.	พระอันนสังสาวกเถระ	๓๒ / ๑๖๐ / ๑๔๓
๒๖.	พระธูปทายกเถระ	๓๒ / ๑๖๔ / ๑๔๔
๒๗.	พระปุฬินปูชกเถระ	๓๒ / ๑๖๘ / ๑๔๕
๒๘.	พระอุตติยเถระ	๓๒ / ๑๗๙ / ๑๔๖
๒๙.	พระเอกัญชลิกเถระ	๓๒ / ๑๘๓ / ๑๔๗
๓๐.	พระโขมทายกเถระ	๓๒ / ๑๘๘ / ๑๔๘
๓๑.	พระกุณฑธานเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๑๕๒
๓๒.	พระสาคตเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๑๕๔
๓๓.	พระมหากัจจายนเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๑๕๖
๓๔.	พระกาฬุทายีเถระ	๓๒ / ๖๓ / ๑๕๘
๓๕.	พระโมฆราชเถระ	๓๒ / ๘๓ / ๑๖๐
๓๖.	พระอธิมุตตเถระ	๓๒ / ๘๘ / ๑๖๑
๓๗.	พระลสุณทายกเถระ	๓๒ / ๙๓ / ๑๖๓
๓๘.	พระอายาคทายกเถระ	๓๒ / ๑๐๑ / ๑๖๔
๓๙.	พระธัมมจักกิกเถระ	๓๒ / ๑๐๗ / ๑๖๕
๔๐.	พระกัปปรุกขิยเถระ	๓๒ / ๑๖๓ / ๑๖๖
๔๑.	พระอุบาลีเถระ	๓๒ / ๒๔ / ๑๗๒
๔๒.	พระโสณโกฬิวิสเถระ	๓๒ / ๕๓ / ๑๗๓
๔๓.	พระภัททิยกาฬิโคธายบุตรเถระ	๓๒ / ๖๙ / ๑๗๖
๔๔.	พระสันนิฏฐาปกเถระ	๓๒ / ๗๖ / ๑๗๗
๔๕.	พระปัญจหัตถิยเถระ	๓๒ / ๘๒ / ๑๗๘
๔๖.	พระปทุมฉทนิยเถระ	๓๒ / ๘๗ / ๑๗๙
๔๗.	พระสยนทายกเถระ	๓๒ / ๙๒ / ๑๘๐
๔๘.	พระจังกมทายกเถระ	๓๒ / ๑๐๐ / ๑๘๑
๔๙.	พระสุภัททเถระ	๓๒ / ๑๒๔ / ๑๘๔

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๕๐.	พระจุนทเถระ	๓๒ / ๑๔๓ / ๑๘๗
๕๑.	พระวิธูปนทายกเถระ	๓๒ / ๗ / ๑๘๘
๕๒.	พระสตรังสิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๑๙๐
๕๓.	พระสยนทายกเถระ	๓๒ / ๒๔ / ๑๙๑
๕๔.	พระคันโธทกทายกเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๑๙๒
๕๕.	พระโอปวุยหเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๑๙๔
๕๖.	พระสปริวาราสนเถระ	๓๒ / ๔๙ / ๑๙๕
๕๗.	พระปัญจทีปกเถระ	๓๒ / ๕๖ / ๑๙๖
๕๘.	พระธชทายกเถระ	๓๒ / ๖๖ / ๑๙๗
๕๙.	พระปทุมเถระ	๓๒ / ๗๗ / ๑๙๙
๖๐.	พระอสนโพธิยเถระ	๓๒ / ๙๒ / ๒๐๑
๖๑.	พระสกจิตตนิยเถระ	๓๒ / ๖ / ๒๐๓
๖๒.	พระอาโปปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๒๐๔
๖๓.	พระปัจจาคมนิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๒๐๕
๖๔.	พระปรัปปสาทกเถระ	๓๒ / ๒๘ / ๒๐๖
๖๕.	พระภิสทายกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๒๐๗
๖๖.	พระสุจินติตเถระ	๓๒ / ๔๔ / ๒๐๘
๖๗.	พระวัตถทายกเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๔๐
๖๘.	พระอัมพทายกเถระ	๓๒ / ๖๑ / ๒๑๑
๖๙.	พระสุมนเถระ	๓๒ /๖๗ / ๒๑๒
๗๐.	พระปุปผจังโกฏิยเถระ	๓๒ / ๗๔ / ๒๑๓
๗๑.	พระนาคสมาลเถระ	๓๒ / ๔ / ๒๑๕
๗๒.	พระปทสัญญกเถระ	๓๒ / ๘ / ๒๑๖
๗๓.	พระสุสัญญกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๓๑๗
๗๔.	พระภิสาลุวทายกเถระ	๓๒ / ๘ / ๒๑๖

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๗๕.	พระเอกสัญญกเถระ	๓๒ / ๒๑ / ๒๑๙
๗๖.	พระติณสันถารทายกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๒๒๐
๗๗.	พระสูจิทายกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๒๒๑
๗๘.	พระปาฏลิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๑ / ๒๒๒
๗๙.	พระฐิตัญชลิยเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๒๒๓
๘๐.	พระติปทุมิยเถระ	๓๒ / ๗๔ / ๒๒๖
๘๑.	พระติมิรปุปผิยเถระ	๓๒ / ๙ / ๒๒๙
๘๒.	พระคตสัญญกเถระ	๓๒ / ๑๕ / ๒๓๐
๘๓.	พระนิปันนัญชลิกเถระ	๓๒ / ๒๑ / ๒๓๑
๘๔.	พระอโธปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๒๓๒
๘๕.	พระรังสิสัญญกเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๒๓๓
๘๖.	พระทุติยรังสิสัญญกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๒๓๔
๘๗.	พระผลทายกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๒๓๔
๘๘.	พระสัททสัญญกเถระ	๓๒ / ๔๕ / ๒๓๕
๘๙.	พระโพธิสิญจกเถระ	๓๒ / ๕๐ / ๒๓๖
๙๐.	พระปทุมปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๖ / ๒๓๗
๙๑.	พระสุธาปิณฑิยเถระ	๓๒ / ๗ / ๒๓๙
๙๒.	พระสุปิฐิยเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๒๔๐
๙๓.	พระอัฑฒเจลกเถระ	๓๒ / ๑๘ / ๒๔๑
๙๔.	พระสูจิทายกเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๒๔๑
๙๕.	พระคันธมาลิยเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๒๔๒
๙๖.	พระติปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๒๔๓
๙๗.	พระมธุปิณฑิกเถระ	๓๒ / ๔๔ / ๒๔๕
๙๘.	พระเสนาสนทายกเถระ	๓๒ / ๕๐ / ๒๔๖
๙๙.	พระเวยยาวัจจกเถระ	๓๒ / ๕๕ / ๒๔๖

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑๐๐.	พระพุทธุปัฏฐากเถระ	๓๒ / ๖๐ / ๒๔๗
๑๐๑.	พระภิกขทายกเถระ	๓๒ / ๖ / ๒๕๐
๑๐๒.	พระญาณสัญญิกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๒๕๑
๑๐๓.	พระอุปปลหัตถิยเถระ	๓๒ / ๑๘ / ๒๕๒
๑๐๔.	พระปทปูชกเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๒๕๓
๑๐๕.	พระมุฏฐิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๘ / ๒๕๓
๑๐๖.	พระอุทกปูชกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๒๕๕
๑๐๗.	พระนฬมาลิยเถระ	๓๒/ ๔๖ / ๒๕๖
๑๐๘.	พระอาสนุปัฏฐายกเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๒๕๗
๑๐๙.	พระพิฬาลิทายกเถระ	๓๒ / ๖๑ / ๒๕๘
๑๑๐.	พระเรณุปูชกเถระ	๓๒ / ๖๖ / ๒๕๙
๑๑๑.	พระมหาปริวารเถระ	๓๒ / ๑๐ / ๒๖๒
๑๑๒.	พระสุมังคลเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๒๖๔
๑๑๓.	พระสรณคมนิยเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๒๖๕
๑๑๔.	พระเอกาสนิยเถระ	๓๒ / ๓๙ / ๒๖๗
๑๑๕.	พระสุวรรณปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๘ / ๒๖๘
๑๑๖.	พระจิตตปูชกเถระ	๓๒ / ๕๖ / ๒๖๙
๑๑๗.	พระพุทธสัญญกเถระ	๓๒ / ๖๕ / ๒๗๑
๑๑๘.	พระมัคคสัญญกเถระ	๓๒ / ๗๑ / ๒๗๒
๑๑๙.	พระปัจจุปัฏฐานสัญญกเถระ	๓๒ / ๘๑ / ๒๗๓
๑๒๐.	พระชาติปูชกเถระ	๓๒ / ๙๐ / ๒๗๕
๑๒๑.	พระเสเรยยกเถระ	๓๒ / ๙ / ๒๗๗
๑๒๒.	พระปุปผถูปิยเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๒๗๙
๑๒๓.	พระปายาสทายกเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๒๘๐

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑๒๔.	พระคันโธทกิยเถระ	๓๒ / ๔๐ / ๒๘๑
๑๒๕.	พระสัมมุขาถวิกเถระ	๓๒ / ๖๔ / ๒๘๕
๑๒๖.	พระกุสุมาสนิยเถระ	๓๒ / ๗๔ / ๒๘๖
๑๒๗.	พระผลทายกเถระ (ผู้คงแก่เรียน/ถวายเมล็ดบัว)	๓๒ / ๘๓ / ๒๘๘
๑๒๘.	พระญาณสัญญิกเถระ	๓๒ / ๙๐ / ๒๘๙
๑๒๙.	พระคัณฐิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๙๖ / ๒๙๐
๑๓๐.	พระปทุมปูชกเถระ	๓๒ / ๑๐๕ / ๒๙๑
๑๓๑.	พระโสภิตเถระ	๓๒ / ๙ / ๒๙๔
๑๓๒.	พระสุทัสสนเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๒๙๕
๑๓๓.	พระจันทนปูชกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๒๙๖
๑๓๔.	พระปุปผฉทนิยเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๒๙๘
๑๓๕.	พระรโหสัญญิกเถระ	๓๒ / ๔๐ / ๒๙๙
๑๓๖.	พระจัมปกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๖ / ๓๐๐
๑๓๗.	อัตถสันทัสสกเถระ	๓๒ / ๕๔ / ๓๐๑
๑๓๘.	พระเอกรังสนิยเถระ	๓๒ / ๕๙ / ๓๐๒
๑๓๙.	พระสาลทายกเถระ	๓๒ / ๖๕ / ๓๐๓
๑๔๐.	พระผลทายกเถระ (นายพรานฆ่าสัตว์/ถวายผลมะหาด)	๓๒ / ๗๒ / ๓๐๔
๑๔๑.	พระอธิฉัตติยเถระ	๓๒ / ๔ / ๓๐๖
๑๔๒.	พระถัมภาโรปกเถระ	๓๒ / ๙ / ๓๐๗
๑๔๓.	พระเวทิการกเถระ	๓๒ / ๑๔ / ๓๐๘
๑๔๔.	พระสปริวาริยเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๐๙
๑๔๕.	พระอุมาปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๓๑๐
๑๔๖.	พระอนุโลมทายกเถระ	๓๒ / ๓๑ / ๓๑๑
๑๔๗.	พระมัคคทายกเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๓๑๒
๑๔๘.	พระผลกทายกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๓๑๓

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑๔๙.	พระวฏังสกิยเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๓๑๔
๑๕๐.	พระปัลลังกทายกเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๓๑๕
๑๕๑.	พระพันธุชีวกเถระ	๓๒ / ๖ / ๓๑๘
๑๕๒.	พระตัมพปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๔ / ๓๑๙
๑๕๓.	พระวิถีสัมมัชชกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๒๐
๑๕๔.	พระกักการุปุปผปูชกเถระ	๓๒ / ๒๔ / ๓๒๑
๑๕๕.	พระมันทารวปุปผปูชกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๓๒๓
๑๕๖.	พระกทัมพปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๓๒๓
๑๕๗.	พระติณสูลกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๓๒๓
๑๕๘.	พระนาคปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๕ / ๓๒๔
๑๕๙.	พระปุนนาคปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๐ / ๓๒๕
๑๖๐.	พระกุมุททายกเถระ	๓๒ / ๕๗ / ๓๒๖
๑๖๑.	พระสุปาริจริยเถระ	๓๒ / ๖ / ๓๒๘
๑๖๒.	พระกณเวรปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๓๒๙
๑๖๓.	พระขัชชกทายกเถระ	๓๒ / ๑๗ / ๓๓๐
๑๖๔.	พระเทสปูชกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๓๓๑
๑๖๕.	พระกณิการฉัตติยเถระ	๓๒ / ๒๗ / ๓๓๒
๑๖๖.	พระสัปปิทายกเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๓๓๓
๑๖๗.	พระยุธิกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๓๓๔
๑๖๘.	พระทุสสทายกเถระ	๓๒ / ๔๓ / ๓๓๕
๑๖๙.	พระสมาทปกเถระ	๓๒ / ๔๙ / ๓๓๖
๑๗๐.	พระปัญจังคุลิยเถระ	๓๒ / ๕๔ / ๓๓๗
๑๗๑.	พระกุมุทมาลิยเถระ	๓๒ / ๘ / ๓๓๙

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑๗๒.	พระนิสเสณิทายกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๓๓๙
๑๗๓.	พระรัตติปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๗ / ๓๐๔
๑๗๔.	พระอุทปานทายกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๔๑
๑๗๕.	พระสีหาสนทายกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๓๔๒
๑๗๖.	พระมัคคทัตติกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๓๔๓
๑๗๗.	พระเอกทีปิยเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๓๔๓
๑๗๘.	พระมณิปูชกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๓๔๔
๑๗๙.	พระติกิจฉกเถระ	๓๒ / ๔๔ / ๓๔๕
๑๘๐.	พระสังฆุปัฏฐากเถระ	๓๒ / ๔๘ / ๓๔๖
๑๘๑.	พระกุฎชปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕ / ๓๔๗
๑๘๒.	พระพันธุชีวกเถระ	๓๒ / ๑๑ / ๓๔๘
๑๘๓.	พระโกฎุมพริยเถระ	๓๒ / ๑๗ / ๓๔๙
๑๘๔.	พระปัญจหัตถิยเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๓๕๐
๑๘๕.	พระอิสิมุคคทายกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๓๕๑
๑๘๖.	พระโพธิอุปัฏฐายกเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๓๕๒
๑๘๗.	พระเอกจินติกเถระ	๓๒ / ๔๕ / ๓๕๔
๑๘๘.	พระติกัณณิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๐ / ๓๕๕
๑๘๙.	พระเอกจาริยเถระ	๓๒ / ๕๖ / ๓๕๖
๑๙๐.	พระติวัณฏิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๖๒ / ๓๕๗
๑๙๑.	พระตมาลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕ / ๓๕๖
๑๙๒.	พระติณสัณถารทายกเถระ	๓๒ / ๑๑ / ๓๕๙
๑๙๓.	พระขัณฑผุลลิยเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๓๖๐
๑๙๔.	พระอโสกปูชกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๓๖๑
๑๙๕.	พระอังโกลกเถระ	๓๒ / ๒๗ / ๓๖๒
๑๙๖.	พระกิสลยปูชกเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๓๖๓

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๑๙๗.	พระตินทุกทายกเถระ	๓๒ / ๔๑ / ๓๖๕
๑๙๘.	พระคิริเนลมุฎฐิปูชกเถระ	๓๒ / ๔๖ / ๓๖๕
๑๙๙.	พระติกัณฑิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๓๖๖
๒๐๐.	พระยูถิกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๗ / ๓๖๗
๒๐๑.	พระกณิการปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔ / ๓๖๙
๒๐๒.	พระมิเนลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๙ / ๓๗๐
๒๐๓.	พระกิงกณิกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๔ / ๓๗๑
๒๐๔.	พระตรณิยเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๗๒
๒๐๕.	พระนิคคุณฑิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๔ / ๓๗๓
๒๐๖.	พระอุทกทายกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๓๗๔
๒๐๗.	พระสลฬมาลิยเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๓๗๕
๒๐๘.	พระโกรัณฑปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๙ / ๓๗๖
๒๐๙.	พระอาธารทายกเถระ	๓๒ / ๔๓ / ๓๗๗
๒๑๐.	พระปาปนิวาริยเถระ	๓๒ / ๔๙ / ๓๗๘
๒๑๑.	พระหัตถิทายกเถระ	๓๒ / ๕ / ๓๗๙
๒๑๒.	พระปานธิทายกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๘๐
๒๑๓.	พระสัจจสัญญกเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๓๘๑
๒๑๔.	พระเอกสัญญกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๓๘๒
๒๑๕.	พระรังสิสัญญกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๓๘๓
๒๑๖.	พระสันธิตเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๓๘๔
๒๑๗.	พระตาลวัณฏทายกเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๓๘๕
๒๑๘.	พระอักกันตสัญญกเถระ	๓๒ / ๔๓ / ๓๘๖
๒๑๙.	พระสัปปิทายกเถระ	๓๒ / ๕๐ / ๓๘๗
๒๒๐.	พระปาปนิวาริยเถระ	๓๒ / ๕๔ / ๓๘๘
๒๒๑.	พระอาลัมพนทายกเถระ	๓๒ / ๕ / ๓๘๙

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๒๒๒.	พระอชินทายกเถระ	๓๒ / ๑๑ / ๓๙๑
๒๒๓.	พระทเวรตนิยเถระ	๓๒ / ๑๘ / ๓๙๑
๒๒๔.	พระอารักขทายกเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๓๙๒
๒๒๕.	พระอัพยาธิกเถระ	๓๒ / ๒๘ / ๓๙๓
๒๒๖.	พระเวกุลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๓๙๔
๒๒๗.	พระโสวัณณวฏังสกิยเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๓๙๕
๒๒๘.	พระมิญชวฏังสกิยเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๓๙๖
๒๒๙.	พระสุกตาเวฬิยเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๓๙๗
๒๓๐.	พระเอกวันทนิยเถระ	๓๒ / ๕๑ / ๓๙๘
๒๓๑.	พระอุทกาสนทายกเถระ	๓๒ / ๔ / ๓๙๙
๒๓๒.	พระภาชนทายกเถระ	๓๒ / ๘ / ๔๐๐
๒๓๓.	พระสาลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๔๐๑
๒๓๔.	พระกิลัญชทายกเถระ	๓๒ / ๑๘ /๔๐๒
๒๓๕.	พระเวทิทายกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๔๐๓
๒๓๖.	พระวัณณการกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๔๐๓
๒๓๗.	พระปิยาลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๔๐๔
๒๓๘.	พระอัมพยาคทายกเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๔๐๕
๒๓๙.	พระชคติการกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๔๐๕
๒๔๐.	พระวาสิทายกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๔๐๖
๒๔๑.	พระตุวรัฏฐิทายกเถระ	๓๒ / ๓ / ๔๐๗
๒๔๒.	พระนาคเกสริยเถระ	๓๒ / ๘ / ๔๐๘
๒๔๓.	พระนฬินเกสริยเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๔๐๙
๒๔๔.	พระวิรวิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๔๐๙
๒๔๕.	พระกุฏิธูปกเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๔๑๐
๒๔๖.	พระปัตตทายกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๔๑๑

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๒๔๗.	พระธาตุปูชกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๔๑๒
๒๔๘.	พระสัตตสัตตลิปุปผปูชกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๔๑๒
๒๔๙.	พระพิมพิชาลิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๔๑๓
๒๕๐.	พระอุททาลทายกเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๔๑๔
๒๕๑.	พระโถมกเถระ	๓๒ / ๔ / ๔๑๕
๒๕๒.	พระเอกาสนทายกเถระ	๓๒ / ๘ / ๔๑๖
๒๕๓.	พระจิตกปูชกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๔๑๗
๒๕๔.	พระจัมปกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๔๑๘
๒๕๕.	พระสัตตปาฏลิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๔๑๘
๒๕๖.	พระอุปาหนทายกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๔๑๙
๒๕๗.	พระมัญชริปูชกเถระ	๓๒ / ๒๗ / ๔๒๐
๒๕๘.	พระปัณณทายกเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๔๒๑
๒๕๙.	พระกุฏิทายกเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๔๒๒
๒๖๐.	พระอัคคปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๑ / ๔๒๓
๒๖๑.	พระอากาสุกขิปิยเถระ	๓๒ / ๕ / ๔๒๔
๒๖๒.	พระเตลมักขิยเถระ	๓๒ / ๙ / ๔๒๕
๒๖๓.	พระอัฑฒจันทิยเถระ	๓๒ / ๑๓ /๔๒๖
๒๖๔.	พระทีปทายกเถระ	๓๒ / ๑๗ / ๔๒๗
๒๖๕.	พระวิฬาลิทายกเถระ	๓๒ / ๒๒ / ๔๒๗
๒๖๖.	พระมัจฉทายกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๔๒๘
๒๖๗.	พระชวหังสกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๔๒๙
๒๖๘.	พระสลฬปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๔๓๐
๒๖๙.	พระอุปาคตหาสนิยเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๔๓๑
๒๗๐.	พระตรณิยเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๔๓๒
๒๗๑.	พระสุวัณณพิพโพหนิยเถระ	๓๒ / ๔ / ๔๓๓

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๒๗๒.	พระติลมุฏฐิยเถระ	๓๒ / ๙ / ๔๓๔
๒๗๓.	พระจังโกฏกิยเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๔๓๕
๒๗๔.	พระอัพภัญชนทายกเถระ	๓๒ / ๑๘ / ๔๓๖
๒๗๕.	พระเอกัญชลิยเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๔๓๗
๒๗๖.	พระโปตถทายกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๔๓๘
๒๗๗.	พระจิตตปูชกเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๔๓๘
๒๗๘.	พระอาลุวทายกเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๔๓๙
๒๗๙.	พระปุณฑรีกเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๔๔๐
๒๘๐.	พระตรณิยเถระ	๓๒ / ๔๑ / ๔๔๑
๒๘๑.	พระปัณณทายกเถระ	๓๒ / ๔ / ๔๔๒
๒๘๒.	พระผลทายกเถระ (ถวายผลไม้ต่าง ๆ)	๓๒ / ๑๐ / ๔๔๓
๒๘๓.	พระปัจจุคคมนิยเถระ	๓๒ / ๑๕ / ๔๔๔
๒๘๔.	พระเอกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๔๔๕
๒๘๕.	พระมฆวปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๔๔๖
๒๘๖.	พระอุปัฏฐายิกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๔๔๗
๒๘๗.	พระอปทานิยเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๔๔๘
๒๘๘.	พระสัตตาหปัพพชิตเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๔๔๙
๒๘๙.	พระพุทธุปัฏฐายิกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๔๕๐
๒๙๐.	พระปุพพังคมนิยเถระ	๓๒ / ๔๘ / ๔๕๑
๒๙๑.	พระจิตกปูชกเถระ	๓๒ / ๕ / ๔๕๒
๒๙๒.	พระปุปผธารกเถระ	๓๒ / ๑๐ / ๔๕๓
๒๙๓.	พระฉัตตทายกเถระ	๓๒ / ๑๖ / ๔๕๔
๒๙๔.	พระสัททสัญญกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๔๕๕
๒๙๕.	พระโคสีสนิกเขปกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๔๕๖
๒๙๖.	พระปทปูชกเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๔๕๗

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๒๙๗.	พระเทสกิตตกเถระ	๓๒ / ๓๕ / ๔๕๘
๒๙๘.	พระสรณคมนิยเถระ	๓๒ / ๓๙ / ๔๕๙
๒๙๙.	พระอัมพปิณฑิยเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๔๖๐
๓๐๐.	พระอนุสังสาวกเถระ	๓๒ / ๔๖ / ๔๖๑
๓๐๑.	พระปทุมเกสริยเถระ	๓๒ / ๔ / ๔๖๒
๓๐๒.	พระสัพพคันธิยเถระ	๓๒ / ๘ / ๔๖๓
๓๐๓.	พระปรมันนทายกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๔๖๔
๓๐๔.	พระธัมมสัญญกเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๔๖๕
๓๐๕.	พระผลทายกเถระ (ถวายผลไม้แก่พระวิปัสสี)	๓๒ / ๒๓ / ๔๖๖
๓๐๖.	พระสัมมปสาทิกเถระ	๓๒ / ๓๑ / ๔๖๗
๓๐๗.	พระอารามทายกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๔๖๘
๓๐๘.	พระอนุเลปทายกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๔๖๙
๓๐๙.	พระสัญญิกเถระ	๓๒ / ๔๖ / ๔๗๐
๓๑๐.	พระปัพภารทายกเถระ	๓๒ / ๕๑ / ๔๗๑
๓๑๑.	พระอารักขทายกเถระ	๓๒ / ๓ / ๔๗๒
๓๑๒.	พระโภชนทายกเถระ	๓๒ / ๙ / ๔๗๓
๓๑๓.	พระคตสัญญกเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๔๗๔
๓๑๔.	พระสัตตปทุมิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๔๗๕
๓๑๕.	พระปุปผาสนทายกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๔๗๖
๓๑๖.	พระอาสนสันถวิกเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๔๗๗
๓๑๗.	พระสัททสัญญกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๔๗๘
๓๑๘.	พระติรังสิยเถระ	๓๒ / ๔๖ / ๔๘๐
๓๑๙.	พระนาลิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๕๓ / ๔๘๑
๓๒๐.	พระกุมุทมาลิยเถระ	๓๒ / ๕๗ / ๔๘๒
๓๒๑.	พระอุมาปุปผิยเถระ	๓๒ / ๖ / ๔๘๓

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๓๒๒.	พระปุพินปูชกเถระ	๓๒ / ๑๒ / ๔๘๔
๓๒๓.	พระหาสชนกเถระ	๓๑ / ๑๖ / ๔๘๕
๓๒๔.	พระยัญญสามิกเถระ	๓๒ / ๒๗ / ๔๘๗
๓๒๕.	พระนิมิตตสัญญกเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๔๘๘
๓๒๖.	พระอันนสังสาวกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๔๘๙
๓๒๗.	พระนิคคุณฑิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๖๓ / ๔๙๒
๓๒๘.	พระสุมนาเวฬิยเถระ	๓๒ / ๗๒ / ๔๙๔
๓๒๙.	พระปุปผฉัตติยเถระ	๓๒ / ๘๑ / ๔๙๕
๓๓๐.	พระสปริวารฉัตตทายกเถระ	๓๒ / ๑๐๕ / ๔๙๘
๓๓๑.	พระคันธธูปิยเถระ	๓๒ / ๖ / ๕๐๐
๓๓๒.	พระอุทกปูชกเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๕๐๒
๓๓๓.	พระปุนนาคปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๘ / ๕๐๓
๓๓๔.	พระเอกทุสสทายกเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๕๐๕
๓๓๕.	พระผุสิตกัมมิยเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๕๐๗
๓๓๖.	พระปภังกรเถระ	๓๒ / ๗๓ / ๕๑๐
๓๓๗.	พระติณกุฏิทายเถระ	๓๒ / ๘๙ / ๕๑๓
๓๓๘.	พระอุตตเรยยทายกเถระ	๓๒ / ๑๑๐ / ๕๑๕
๓๓๙.	พระธัมมัสวนิยเถระ	๓๒ / ๑๒๕ / ๕๑๘
๓๔๐.	พระอุกขิตตปทุมิยเถระ	๓๒ / ๑๔๒ / ๕๒๐
๓๔๑.	พระเอกปทุมิยเถระ	๓๒ / ๑๐ / ๕๒๒
๓๔๒.	พระตีณุปปลมาลิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๕๒๓
๓๔๓.	พระธชทายกเถระ	๓๒ / ๒๖ / ๕๒๔
๓๔๔.	พระตีณิกิงกณิปูชกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๕๒๕
๓๔๕.	พระนฬคาริกเถระ	๓๒ / ๓๘ / ๕๒๖
๓๔๖.	พระจัมปกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๓ / ๕๒๗

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๓๔๗.	พระปทุมปูชกเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๕๒๘
๓๔๘.	พระติณมุฏฐิทายกเถระ	๓๒ / ๕๘ / ๕๓๐
๓๔๙.	พระติณทุกผลทายกเถระ	๓๒ / ๖๒ / ๕๓๑
๓๕๐.	พระเอกัญชลิยเถระ	๓๒ / ๖๖ / ๕๓๒
๓๕๑.	พระสัททสัญญิกเถระ	๓๒ / ๕ / ๕๓๓
๓๕๒.	พระยวกลาปิยเถระ	๓๒ / ๑๐ / ๕๓๔
๓๕๓.	พระกิงสุกปูชกเถระ	๓๒ / ๑๓ / ๕๓๕
๓๕๔.	พระสโกสกโกรัณฑทายกเถระ	๓๒ / ๑๗ / ๕๓๖
๓๕๕.	พระฑัณฑทายกเถระ	๓๒ / ๒๑ / ๕๓๗
๓๕๖.	พระอัมพยาคุทายกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๕๓๘
๓๕๗.	พระสุปุฏกปูชกเถระ	๓๒ / ๒๙ / ๕๓๘
๓๕๘.	พระมัญจทายกเถระ	๓๒ / ๓๓ / ๕๓๙
๓๕๙.	พระสรณคมนิยเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๕๔๐
๓๖๐.	พระปิณฑปาติกเถระ	๓๒ / ๔๐ / ๕๔๑
๓๖๑.	พระมันทารวปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔ / ๕๔๒
๓๖๒.	พระกักการุปุปผิยเถระ	๓๒ / ๗ / ๕๔๓
๓๖๓.	พระภิสมุฬาลทายกเถระ	๓๒ / ๑๑ / ๕๔๔
๓๖๔.	พระเกสรปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๕ / ๕๔๕
๓๖๕.	พระอังโกลปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๙ / ๕๔๕
๓๖๖.	พระกทัมพปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๓ / ๕๔๖
๓๖๗.	พระอุททาลกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๕๔๗
๓๖๘.	พระเอกจัมปกปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๕๔๘
๓๕๙.	พระติมิรปุปผิยเถระ	๓๒ / ๓๔ / ๕๔๘
๓๗๐.	พระสลฬปุปผิยเถระ	๓๒ / ๔๐ / ๕๕๐
๓๗๑.	พระโพธิวันทกเถระ	๓๒ / ๕ / ๕๕๗

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๓๗๒.	พระปาฏลิปุปผิยเถระ	๓๒ / ๑๑ / ๕๕๒
๓๗๓.	พระตีณุปปลมาลิยเถระ	๓๒ / ๒๑ / ๕๕๔
๓๗๔.	พระปัตติปุปผิยเถระ	๓๒ / ๒๗ / ๕๕๕
๓๗๕.	พระสัตตปัณณิยเถระ	๓๒ / ๓๒ / ๕๕๖
๓๗๖.	พระคัณธมุฏฐิยเถระ	๓๒ / ๓๗ / ๕๕๗
๓๗๗.	พระจิตตปูชกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๕๗๘
๓๗๘.	พระสุมนตาลวัณฏิยเถระ	๓๒ / ๔๗ / ๕๕๙
๓๗๙.	พระสุมนทามิยเถระ	๓๒ / ๕๒ / ๕๖๐
๓๘๐.	พระกาสุมาริยผลทายกเถระ	๓๒ / ๕๘ / ๕๖๑
๓๘๑.	พระอัมพฎผลทายกเถระ	๓๒ / ๖ / ๕๖๔
๓๘๒.	พระลพุชทายกเถระ	๓๒ / ๑๔ / ๕๖๕
๓๘๓.	พระอุทุมพรผลทายกเถระ	๓๒ / ๒๐ / ๕๖๖
๓๘๔.	พระปิลักขผลทายกเถระ	๓๒ / ๒๕ / ๕๖๗
๓๘๕.	พระผารุสผลทายกเถระ	๓๒ / ๓๐ / ๕๖๘
๓๘๖.	พระวัลลิผลทายกเถระ	๓๒ / ๓๖ / ๕๖๙
๓๘๗.	พระกทลิผลทายกเถระ	๓๒ / ๔๒ / ๕๗๐
๓๘๘.	พระปนสผลทายกเถระ	๓๒ / ๔๘ / ๕๗๑
๓๘๙.	พระโสณโกฏิวีสเถระ	๓๒ / ๖๒ / ๕๗๓
๓๙๐.	พระอานนท์เถระ (ประกาศอดีตชาติของพระพุทธเจ้า ว่าด้วยบุรพกรรมเก่า)	๓๒ / ๙๖ / ๕๗๘
๓๙๑.	พระปิลินทวัจฉเถระ	๓๒ / ๒๐๗ / ๖๐๙
๓๙๒.	พระเสลเถระ	๓๒ / ๓๐๓ / ๖๒๓
๓๙๓.	พระสัพพกิตติกเถระ	๓๒ / ๓๓๒ / ๖๒๗
๓๙๔.	พระมธุทายกเถระ	๓๒ / ๓๕๒ / ๖๓๐
๓๙๕.	พระปทุมกูฏาคาริกเถระ	๓๒ / ๓๘๕ / ๖๓๔

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๓๙๖.	พระพักกุลเถระ	๓๒ / ๔๑๘ / ๖๓๙
๓๙๗.	พระคิริมานันทเถระ	๓๒ / ๔๔๘ / ๖๔๓
๓๙๘.	พระสลฬมัณฑปิยเถระ	๓๒ / ๔๕๕ / ๖๔๔
๓๙๙.	พระสัพพทายกเถระ	๓๒ / ๔๘๓ / ๖๔๘
๔๐๐.	พระอชิตเถระ	๓๒ / ๕๗๙ / ๖๕๒
๔๐๑.	พระติสสเมตเตยเถระ	๓๒ / ๒๘ / ๖๕๘
๔๐๒.	พระปุณณกเถระ	๓๒ / ๔๔ / ๖๖๐
๔๐๓.	พระเมตตคูเถระ	๓๒ / ๗๑ / ๖๖๔
๔๐๔.	พระโธตกเถระ	๓๒ / ๙๙ / ๖๖๗
๔๐๕.	พระอุปสีวเถระ	๓๒ / ๑๖๐ / ๖๗๕
๔๐๖.	พระนันทกเถระ	๓๒ / ๑๘๒ / ๖๗๘
๔๐๗.	พระเหมกเถระ	๓๒ / ๒๒๓ / ๖๘๓
๔๐๘.	พระโตเทยยเถระ	๓๒ / ๒๗๕ / ๖๙๐
๔๐๙.	พระชตุกัณณิกเถระ	๓๒ / ๓๒๙ / ๖๙๗
๔๑๐.	พระอุเทนเถระ	๓๒ / ๓๗๘ / ๗๐๓
๔๑๑.	พระภัททาลิเถระ	๓๓ / ๓๑ / ๕
๔๑๒.	พระเอกฉัตติยเถระ	๓๓ / ๗๘ / ๑๒
๔๑๓.	พระติณสูลกฉาทนิยเถระ	๓๓ / ๑๐๕ / ๑๖
๔๑๔.	พระมธุมังสทายกเถระ	๓๓ / ๑๑๗ / ๑๘
๔๑๕.	พระนาคปัลลวกเถระ	๓๓ / ๑๒๓ / ๑๙
๔๑๖.	พระเอกทีปิยเถระ	๓๓ / ๑๔๑ / ๒๑
๔๑๗.	พระอุจฉังคปุปผิยเถระ	๓๓ / ๑๔๘ / ๒๒
๔๑๘.	พระยาคุทายกเถระ	๓๓ / ๑๖๙ / ๒๕
๔๑๙.	พระปัตโถทนทายกเถระ	๓๓ / ๑๘๓ / ๒๗
๔๒๐.	พระมัญจทายกเถระ	๓๓ / ๑๙๖ / ๒๙

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๔๒๑.	พระสกิงสมัชชกเถระ	๓๓ / ๑๔ / ๓๓
๔๒๒.	พระเอกทุสสทายกเถระ	๓๓ / ๓๕ / ๓๖
๔๒๓.	พระเอกาสนทายกเถระ	๓๓ / ๖๐ / ๓๙
๔๒๔.	พระสัตตกทัมพปุปผิยเถระ	๓๓ / ๖๗ / ๔๑
๔๒๕.	พระโกรัณฑปุปผิยเถระ	๓๓ / ๗๗ / ๔๒
๔๒๖.	พระฆฏมัณฑทายกเถระ	๓๓ / ๘๗ / ๔๔
๔๒๗.	พระเอกธัมมัสสวนิยเถระ	๓๓ / ๑๐๖ / ๔๗
๔๒๘.	พระสุจินติตเถระ	๓๓ / ๑๐๙ / ๕๒
๔๒๙.	พระโสณณกิงกณิยเถระ	๓๓ / ๑๕๖ / ๕๔
๔๓๐.	พระโสวัณณโกนตริกเถระ	๓๓ / ๑๖๙ / ๕๗
๔๓๑.	พระเอกวิหาริยเถระ	๓๓ / ๑๓ / ๖๐
๔๓๒.	พระเอกสังขิยเถระ	๓๓ / ๒๕ / ๖๒
๔๓๓.	พระปาฏิหีรสัญญกเถระ	๓๓ / ๓๔ / ๖๔
๔๓๔.	พระญาณัตถวิกเถระ	๓๓ / ๔๓ / ๖๕
๔๓๕.	พระอุจฉุขัณฑิกเถระ	๓๓ / ๔๙ / ๖๖
๔๓๖.	พระกลัมพทายกเถระ	๓๓ / ๕๔ / ๖๗
๔๓๗.	พระอัมพาฏกทายกเถระ	๓๓ / ๕๙ / ๖๘
๔๓๘.	พระหรีตกทายกเถระ	๓๓ / ๗๑ / ๗๐
๔๓๙.	พระอัมพปิณฑิยเถระ	๓๓ / ๘๐ / ๗๒
๔๔๐.	พระชัมพูผลิยเถระ	๓๓ / ๘๗ / ๗๓
๔๔๑.	พระวิเภทกพีชิยเถระ	๓๓ / ๗ / ๗๖
๔๔๒.	พระโกลทายกเถระ	๓๓ / ๑๔ / ๗๗
๔๔๓.	พระเวลุวผลิยเถระ	๓๓ / ๒๑ / ๗๘
๔๔๔.	พระภัภลาตกทายกเถระ	๓๓ / ๓๐ / ๘๐
๔๔๕.	พระอุมาปุปผิยเถระ	๓๓ / ๓๕ / ๘๑

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๔๔๖.	พระอัมพาฏกิยเถระ	๓๓ / ๔๑ / ๘๒
๔๔๗.	พระสีหาสนิกเถระ	๓๓ / ๔๙ / ๘๓
๔๔๘.	พระปาทปีฐิยเถระ	๓๓ / ๖๐ / ๘๕
๔๔๙.	พระเวทิการกเถระ	๓๓ / ๖๘ / ๘๗
๔๕๐.	พระโพธิฆรการกเถระ	๓๓ / ๘๐ / ๘๙
๔๕๑.	พระชคติทายกเถระ	๓๓ / ๘ / ๙๑
๔๕๒.	พระโมรหัตถิยเถระ	๓๓ / ๑๖ / ๙๒
๔๕๓.	พระสีหาสนพีชิยเถระ	๓๓ / ๒๑ / ๙๓
๔๕๔.	พระติณฺกกธาริยเถระ	๓๓ / ๒๖ / ๙๔
๔๕๕.	พระอักกมนทายกเถระ	๓๓ / ๓๑ / ๙๕
๔๕๖.	พระวนโกรัณฑิยเถระ	๓๓ / ๓๖ / ๙๖
๔๕๗.	พระเอกฉัตติยเถระ	๓๓ / ๔๘ / ๙๘
๔๕๘.	พระชาติปุปผิยเถระ	๓๓ / ๕๗ / ๑๐๐
๔๕๙.	พระสัตตปัณณิยเถระ	๓๓ / ๖๒ / ๑๐๑
๔๖๐.	พระคันธปูชกเถระ	๓๓ / ๖๗ / ๑๐๒
๔๖๑.	พระสาลกุสุมิยเถระ	๓๓ / ๕ / ๑๐๓
๔๖๒.	พระจิตตปูชกเถระ	๓๓ / ๑๐ / ๑๐๔
๔๖๓.	พระจิตกนิพพาปกเถระ	๓๓ / ๑๕ / ๑๐๕
๔๖๔.	พระเสตุทายกเถระ	๓๓ / ๒๐ / ๑๐๖
๔๖๕.	พระสุมนตาลวัณฏิยเถระ	๓๓ / ๒๕ / ๑๐๗
๔๖๖.	พระอวฏผลิยเถระ	๓๓ / ๓๑ / ๑๐๙
๔๖๗.	พระลพุชผลทายกเถระ	๓๓ / ๓๙ / ๑๑๐
๔๖๘.	พระมิลักขุผลทายกเถระ	๓๓ / ๔๔ / ๑๑๑
๔๖๙.	พระสขัมปฏิภาณิยเถระ	๓๓ / ๕๘ / ๑๑๓
๔๗๐.	พระนิมิตตพยากรณิยเถระ	๓ / ๗๒ / ๑๑๖

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๔๗๑.	พระนฬมาลิยเถระ	๓๓ / ๗ / ๑๑๘
๔๗๒.	พระมณิปูชกเถระ	๓๓ / ๒๙ / ๑๒๑
๔๗๓.	พระอุกกาสติกเถระ	๓๓ / ๔๕ / ๑๒๓
๔๗๔.	พระสุมนวิชนิยเถระ	๓๓ / ๕๐ / ๑๒๔
๔๗๕.	พระกุมมาสทายกเถระ	๓๓ / ๕๕ / ๑๒๕
๔๗๖.	พระกุสัณฐกทายกเถระ	๓๓ / ๖๐ / ๑๒๖
๔๗๗.	พระคิริปุนนาคิยเถระ	๓๓ / ๖๕ / ๑๒๗
๔๗๘.	พระวัลลิการผลทายกเถระ	๓๓ / ๗๐ / ๑๒๘
๔๗๙.	พระปานธิทายกเถระ	๓๓ / ๘๙ / ๑๓๑
๔๘๐.	พระปุฬินจังกมิยเถระ	๓๓ / ๑๙๕ / ๑๓๒
๔๘๑.	พระปังสุกูลสัญญกเถระ	๓๓ / ๘ / ๑๓๕
๔๘๒.	พระพุทธสัญญกเถระ *	๓๓ / ๒๖ / ๑๓๘
๔๘๓.	พระภิสทายกเถระ	๓๓ / ๔๕ / ๑๔๐
๔๘๔.	พระญาณัตถวิกเถระ	๓๓ / ๔๔ / ๑๔๔
๔๘๕.	พระจันทนมาลิยเถระ	๓๓ / ๑๐๕ / ๑๔๘
๔๘๖.	พระธาตุปูชกเถระ	๓๓ / ๑๑๐ / ๑๔๙
๔๘๗.	พระปุฬินุปปาทกเถระ	๓๓ / ๑๔๗ / ๑๕๔
๔๘๘.	พระตรณิยเถระ	๓๓ / ๑๖๓ / ๑๕๗
๔๘๙.	พระธัมมรุจิเถระ	๓๓ / ๑๘๙ / ๑๖๑
๔๙๐.	พระสาลมัณฑปิยเถระ	๓๓ / ๒๒๐ / ๑๖๕
๔๙๑.	พระตีณิกิงกณิปุปผิยเถระ	๓๓ / ๗ / ๑๖๗
๔๙๒.	พระปังสุกูลปูชกเถระ	๓๓ / ๑๔ / ๑๖๘
๔๙๓.	พระโกรัณฑปุปผิยเถระ	๓๓ / ๒๔ / ๑๗๐
๔๙๔.	พระกิงสุกปุปผิยเถระ	๓๓ / ๓๐ / ๑๗๑

* พระพุทธสัญญกเถระ หมายถึง พระวีตโสกเถระ พระอนุชาของพระเจ้าอโศกมหาราช ภายหลังพุทธปรินิพพาน ๒๑๘ ปี (ขุ.เถร.อ. ๑/๒๘๒/๔๕๔)

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๔๙๕.	พระอุปัฑฒทุสสทายกเถระ	๓๓ / ๔๐ / ๑๗๒
๔๙๖.	พระฆฏมัณฑทายกเถระ	๓๓ / ๕๐ / ๑๗๔
๔๙๗.	พระอุทกทายกเถระ	๓๓ / ๕๖ / ๑๗๕
๔๙๘.	พระปุฬินถูปิยเถระ	๓๓ / ๙๒ / ๑๘๐
๔๙๙.	พระนฬกุฏิกทายกเถระ	๓๓ / ๑๐๓ / ๑๘๑
๕๐๐.	พระปิยาลผลทายกเถระ	๓๓ / ๑๐๙ / ๑๘๒
๕๐๑.	พระตีณิกณิการปุปผิยเถระ	๓๓ / ๓๘ / ๑๘๙
๕๐๒.	พระเอกปัตตทายกเถระ	๓๓ / ๕๐ / ๑๙๑
๕๐๓.	พระกาสุมาริกผลทายกเถระ	๓๓ / ๕๖ / ๑๙๒
๕๐๔.	พระอวฏผลิยเถระ	๓๓ / ๖๒ / ๑๙๓
๕๐๕.	พระจารผลิยเถระ	๓๓ / ๖๗ / ๑๙๔
๕๐๖.	พระมาตุลุงคผลทายกเถระ	๓๓ / ๗๓ / ๑๙๕
๕๐๗.	พระอัชเชลผลทายกเถระ	๓๓ / ๗๙ / ๑๙๖
๕๐๘.	พระอโมรผลิยเถระ	๓๓ / ๘๔ / ๑๙๗
๕๐๙.	พระตาลผลิยเถระ	๓๓ / ๙๐ / ๑๙๘
๕๑๐.	พระนาฬิเกรผลทายกเถระ	๓๓ / ๙๙ / ๒๐๐
๕๑๑.	พระกุรัญชิยผลทายกเถระ	๓๓ / ๖ / ๒๐๒
๕๑๒.	พระกปิฏฐผลทายกเถระ	๓๓ / ๑๑ / ๒๐๓
๕๑๓.	พระโกสุมพผลิยเถระ	๓๓ / ๑๖ / ๒๐๔
๕๑๔.	พระเกตกปุปผิยเถระ	๓๓ / ๒๒ / ๒๐๕
๕๑๕.	พระนาคปุปผิยเถระ	๓๓ / ๒๗ / ๒๐๖
๕๑๖.	พระอัชชุนปุปผิยเถระ	๓๓ / ๓๖ / ๒๐๗
๕๑๗.	พระกุฏชปุปผิยเถระ	๓๓ / ๔๓ / ๒๐๘
๕๑๘.	พระโฆสสัญญกเถระ	๓๓ / ๕๐ / ๒๑๐
๕๑๙.	พระสัพพผลทายกเถระ	๓๓ / ๗๗ / ๒๑๓

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๕๒๐.	พระปทุมธารยิเถระ	๓๓ / ๘๓ / ๒๑๔
๕๒๑.	พระติณมุฏฐิทายกเถระ	๓๓ / ๑๒ / ๒๑๗
๕๒๒.	พระเวจจกทายกเถระ	๓๓ / ๑๘ / ๒๑๘
๕๒๓.	พระสรณคมนิยเถระ	๓๓ / ๒๓ / ๒๑๙
๕๒๔.	พระอัพภัญชนทายกเถระ	๓๓ / ๓๐ / ๒๒๐
๕๒๕.	พระสุปฏฐทายกเถระ	๓๓ / ๓๕ / ๒๒๑
๕๒๖.	พระทัณฑทายกเถระ	๓๓ / ๔๑ / ๒๒๒
๕๒๗.	พระคิริเนลปูชกเถระ	๓๓ / ๔๗ / ๒๒๔
๕๒๘.	พระสัมโพธิสัมมัชชกเถระ	๓๓ / ๗๓ / ๒๒๗
๕๒๙.	พระอามัณฑผลทายกเถระ	๓๓ / ๘๐ / ๒๒๘
๕๓๐.	พระสุคันธเถระ	๓๓ / ๑๒๖ / ๒๓๕
๕๓๑.	พระมหากัจจายนเถระ	๓๓ / ๒๗ / ๒๔๑
๕๓๒.	พระวักกลิเถระ	๓๓ / ๖๕ / ๒๔๖
๕๓๓.	พระมหากัปปินเถระ	๓๓ / ๑๐๗ / ๒๕๒
๕๓๔.	พระทัพพมัลลปุตตเถระ	๓๓ / ๑๔๙ / ๒๕๗
๕๓๕.	พระกุมารกัสสปเถระ	๓๓ / ๑๗๗ / ๒๖๑
๕๓๖.	พระพาหิยเถระ	๓๓ / ๒๑๐ / ๒๖๖
๕๓๗.	พระมหาโกฏฐิกเถระ	๓๓ / ๒๕๐ / ๒๗๒
๕๓๘.	พระอุรุเวลกัสสปเถระ	๓๓ / ๒๙๕ / ๒๗๘
๕๓๙.	พระราธเถระ	๓๓ / ๓๒๖ / ๒๘๒
๕๔๐.	พระโมฆราชเถระ	๓๓ / ๓๖๒ / ๒๘๗
๕๔๑.	พระลกุณฏกภัททิยเถระ	๓๓ / ๓๓ / ๒๙๓
๕๔๒.	พระกังขาเรวตเถระ	๓๓ / ๕๓ / ๒๙๖
๕๔๓.	พระสีวลีเถระ	๓๓ / ๙๕ / ๓๐๒
๕๔๔.	พระวังคีสเถระ	๓๓ / ๑๔๒ / ๓๐๙

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๕๔๕.	พระนันทกเถระ	๓๓ / ๑๖๔ / ๓๑๒
๕๔๖.	พระกาฬุทายีเถระ	๓๓ / ๑๙๔ / ๓๑๖
๕๔๗.	พระอภยเถระ	๓๓ / ๒๒๔ / ๓๒๑
๕๔๘.	พระโลมสติยเถระ	๓๓ / ๒๕๐ / ๓๒๕
๕๔๙.	พระวนวัจฉเถระ	๓๓ / ๒๗๑ / ๓๒๘
๕๕๐.	พระจูฬสุคันธเถระ	๓๓ / ๓๐๘ / ๓๓๓
๕๕๑.	พระยสเถระ	๓๓ / ๒๘ / ๓๓๙
๕๕๒.	พระนทีกัสสปเถระ	๓๓ / ๓๔ / ๓๔๐
๕๕๓.	พระคยากัสสปเถระ	๓๓ / ๔๑ / ๓๔๑
๕๕๔.	พระกิมิลเถระ	๓๓ / ๔๘ / ๓๔๒
๕๕๕.	พระวัชชีบุตรเถระ	๓๓ / ๕๔ / ๓๔๓
๕๕๖.	พระอุตตรเถระ	๓๓ / ๙๒ / ๓๔๙
๕๕๗.	พระอปรอุตตรเถระ	๓๓ / ๙๗ / ๓๕๐
๕๕๘.	พระภัททชิเถระ	๓๓ / ๑๑๖ / ๓๕๒
๕๕๙.	พระสิวกเถระ	๓๓ / ๑๒๑ / ๓๕๓
๕๖๐.	พระอุปวานเถระ	๓๓ / ๑๗๘ / ๓๖๑
๕๖๑.	พระรัฏฐปาลเถระ	๓๓ / ๑๙๕ / ๓๖๕
	พระเถรี	
๕๖๒.	พระสุเมธาเถรี	๓๓ / ๑๙ / ๓๖๘
๕๖๓.	พระเมขลทายิกาเถรี	๓๓ / ๒๕ / ๒๖๙
๕๖๔.	พระมัณฑปทายิกาเถรี	๓๓ / ๓๐ / ๓๗๐
๕๖๕.	พระสังกมนทายิกาเถรี	๓๓ / ๓๖ / ๓๗๑
๕๖๖.	พระนฬมาลิกาเถรี	๓๓ / ๔๕ / ๓๗๓
๕๖๗.	พระเอกบิณฑปาตทายิกาเถรี	๓๓ / ๕๙ / ๓๗๕

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๕๖๘.	พระกฏัจฉุภิกขทายิกาเถรี	๓๓ / ๗๐ / ๓๗๗
๕๖๙.	พระสัตตอุปปลมาลิกาเถรี	๓๓ / ๙๐ / ๓๘๐
๕๗๐.	พระปัญจทีปิกาเถรี	๓๓ / ๑๑๕ / ๓๘๓
๕๗๑.	พระอุทกทายิกาเถรี	๓๓ / ๑๓๐ / ๓๘๕
๕๗๒.	พระเอกูโปสถิกเถรี	๓๓ / ๒๑ / ๓๘๘
๕๗๓.	พระสลฬปุปผิกาเถรี	๓๓ / ๒๙ / ๓๘๙
๕๗๔.	พระโมทกทายิกาเถรี	๓๓ / ๓๖ / ๓๙๐
๕๗๕.	พระเอกาสนทายิกาเถรี	๓๓ / ๖๐ / ๓๙๔
๕๗๖.	พระปัญจทีปทายิกาเถรี	๓๓ / ๘๕ / ๓๙๗
๕๗๗.	พระนฬมาลิกาเถรี	๓๓ / ๙๖ / ๓๙๙
๕๗๘.	พระมหาปชาบดีโคตมีเถรี	๓๓ / ๒๒๖ – ๒๒๘ / ๔๑๗
๕๗๙.	พระเขมาเถรี	๓๓ / ๓๘๓ / ๔๓๘
๕๘๐.	พระอุบลวรรณาเถรี	๓๓ / ๔๖๗ / ๔๔๙
๕๘๑.	พระปฏาจาราเถรี	๓๓ / ๕๑๑ / ๔๕๕
๕๘๒.	พระกุณฑลเกสีเถรี	๓๓ / ๕๔ / ๔๖๒
๕๘๓.	พระกีสาโคตมีเถรี	๓๓ / ๙๔ / ๔๖๘
๕๘๔.	พระธรรมทินนาเถรี	๓๓ / ๑๓๐ / ๔๗
๕๘๕.	พระสกุลาเถรี	๓๓ / ๑๖๕ / ๔๗๗
๕๘๖.	พระนันทาเถรี	๓๓ / ๒๑๙ / ๔๘๔
๕๘๗.	พระโสณาเถรี	๓๓ / ๒๔๓ / ๔๘๗
๕๘๘.	พระภัททกาปิลานีเถรี	๓๓ / ๓๑๓ / ๔๙๕
๕๘๙.	พระยโสธราเถรี	๓๓ / ๔๐๗ / ๕๐๗
๕๙๐.	พระอุปปลทายิกาเถรี	๓๓ / ๗๗, ๘๑ / ๕๓๐
๕๙๑.	พระสิงคาลมาตาเถรี	๓๓ / ๑๑๐ / ๕๓๔
๕๙๒.	พระสุกกาเถรี	๓๓ / ๑๔๒ / ๕๓๘

ที่	ชื่อพระเถระ/พระเถรี	เล่มที่ / ข้อ / หน้า ที่ยืนยันการบรรลุวิชชาและอภิญญา
๕๙๓.	พระอภิรูปนันทาเถรี	๓๓ / ๑๖๗ / ๕๔๒
๕๙๔.	พระอัฑฒกาสีเถรี	๓๓ / ๑๘๓ / ๕๔๔
๕๙๕.	พระปุณณิกาเถรี	๓๓ / ๒๐๒ , ๒๐๓
๕๙๖.	พระอัมพปาลีเถรี	๓๓ / ๒๑๘ , ๒๑๙ / ๕๔๙
๕๙๗.	พระเสลาเถรี	๓๓ / ๒๓๒ , ๒๓๓ / ๕๕๒
๕๙๘.	ประวัติรวมของพระเถรี ๑๐,๐๐๐ รูป (ทสสหัสสเถรี)	๓๓ / ๔๒๔ / ๕๐๙
๕๙๙.	ประวัติพระเถรี ๑๘,๐๐๐ รูป (อัฏฐารสสหัสสเถรี)	๓๓ / ๔๘๑ / ๕๑๗
๖๐๐.	ประวัติพระเถรีผู้เคยเป็นขัตติยกัญญา ๑๘,๐๐๐ รูป	๓๓ / ๑๒ / ๕๒๐
๖๐๑.	ประวัติพระเถรีพราหมณกัญญา ๘๔,๐๐๐ รูป	๓๓ / ๕๖ / ๕๒๖

ประวัติผู้ศึกษาวิจัย

ชื่อพระนิสิตผู้ศึกษา	**พระมหาบุญโชติ ปุญฺญโชติ (อินทจักร์)**
ชาติภูมิ	เกิดเมื่อวันที่ ๒๕ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๐๓ บ้านเลขที่ ๒๙/๑ บ้านหนองบัว ตำบลสันป่ายาง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่
บรรพชา	เมื่อวันที่ ๒๔ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๑๒ ณ วัดสันป่ายาง ตำบลสันป่ายาง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่
อุปสมบท	เมื่อวันที่ ๒๔ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๒๔ ณ พัทธสีมา วัดสุทัศนเทพวราราม แขวงราชบพิธ เขตพระนคร กรุงเทพฯ
การศึกษา	น.ธ.เอก ปี พ.ศ. ๒๕๑๙ จากสำนักเรียนคณะจังหวัดลำพูน ป.ธ.๙ ปี พ.ศ. ๒๕๔๐ จากสำนักเรียนวัดสุทัศนเทพวราราม กรุงเทพมหานคร
หน้าที่การงาน	-เป็นครูสอนพระปริยัติธรรมวัดสุทัศนเทพวราราม กรุงเทพฯ ๒๕๒๔–๒๕๓๙ -เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวงวัดพระธาตุหริภุญชัย-วรมหาวิหาร จังหวัดลำพูน -เป็นเลขานุการเจ้าคณะจังหวัดลำพูน -เป็นครูใหญ่โรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมและบาลี วัดพระธาตุหริภุญชัย วรมหาวิหาร จังหวัดลำพูน -เป็นกรรมการตรวจข้อสอบนักธรรมสนามหลวง ภาค ๗ -เป็นกรรมการตรวจข้อสอบประโยคบาลีสนามหลวง -เป็นอาจารย์พิเศษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
สมณศักดิ์	๕ ธันวาคม ๒๕๔๖ ได้รับพระราชทานโปรดเกล้าฯ แต่งตั้งเป็นพระราชาคณะชั้นสามัญเปรียญ ที่ **"พระศรีธรรมโสภณ"**
ปัจจุบัน	วัดพระธาตุหริภุญชัย วรมหาวิหาร ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐